

**PENGARUH INTEGRASI *EXPRESSIVE WRITING* DALAM
PEMBELAJARAN PERUBAHAN LINGKUNGAN BERBASIS PROYEK
TERHADAP KREATIVITAS DAN EFIKASI DIRI SISWA SMA**

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar

Sarjana Pendidikan Biologi



Oleh

Feni Puji Saputri

2009032

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN BIOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN MATEMATIKA DAN ILMU PENGETAHUAN
ALAM
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
BANDUNG
2024**

**PENGARUH INTEGRASI *EXPRESSIVE WRITING* DALAM
PEMBELAJARAN PERUBAHAN LINGKUNGAN BERBASIS PROYEK
TERHADAP KREATIVITAS DAN EFIKASI DIRI SISWA SMA**

Oleh:

Feni Puji Saputri

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Biologi Departemen Pendidikan Biologi Fakultas Pendidikan Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam

© Feni Puji Saputri

Universitas Pendidikan Indonesia

2024

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang, difotokopi atau cara lainnya tanpa izin dari penulis

LEMBAR PENGESAHAN

FENI PUJI SAPUTRI

**PENGARUH INTEGRASI *EXPRESSIVE WRITING* DALAM
PEMBELAJARAN PERUBAHAN LINGKUNGAN BERBASIS PROYEK
TERHADAP KREATIVITAS DAN EFIKASI DIRI SISWA SMA**

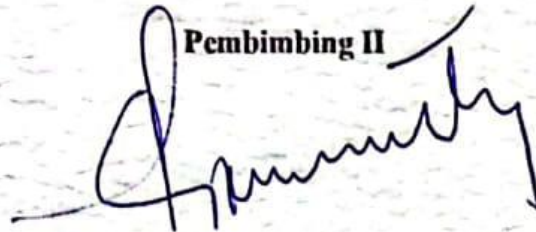
Disetujui dan disahkan oleh:

Pembimbing I



Dr. rer. nat. Adi Rahmat, M.Si.
NIP. 196512301992021001

Pembimbing II



Dra. Soesy Asiah Soesilawaty MS.

NIP 195904011983032002

**Mengetahui,
Ketua Program Studi Pendidikan Biologi**



Dr. Kusnadi, M.Si
NIP 196805091994031001

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul “Pengaruh Integrasi *Expressive Writing* dalam Pembelajaran Perubahan Lingkungan Berbasis Proyek terhadap Kreativitas dan Efikasi Diri Siswa SMA”. Tujuan penelitian ini adalah untuk membedakan kreativitas dan *self efficacy* melalui penerapan *expressive writing* pada pembelajaran perubahan lingkungan berbasis proyek dan untuk mendapatkan informasi hasil kreativitas dan *self efficacy* siswa setelah melakukan pembelajaran yang terintegrasi *expressive writing* dalam pembelajaran perubahan lingkungan berbasis proyek. Desain penelitian ini menggunakan *non-equivalent post-test only control group desain* dengan subjek penelitian adalah siswa kelas X yang terdiri atas kelas eksperimen yang diberi perlakuan pembelajaran yang terintegrasi *expressive writing* dalam pembelajaran berbasis proyek dan kelas kontrol yang tidak diberi perlakuan *expressive writing* hanya menggunakan model pembelajaran berbasis proyek. Instrumen yang digunakan adalah non tes yang terdiri dari rubrik penilaian untuk menilai tingkatan kreativitas dan angket kuesioner dalam bentuk *rating scale* untuk mengetahui skor efikasi diri dan angket respons siswa. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan kreativitas siswa antara kelas kontrol dan kelas eksperimen, terdapat perbedaan hasil *self efficacy* siswa antara kelas kontrol dan kelas eksperimen, terdapat hubungan antara ide kreativitas dengan *self efficacy* siswa, serta hasil angket respons siswa menghasilkan respons yang positif. Simpulan dari hasil penelitian ini menyatakan bahwa integrasi *expressive writing* berpengaruh secara signifikan terhadap kreativitas dan efikasi diri siswa SMA.

Kata kunci: *expressive writing*, kreativitas, efikasi diri, materi perubahan lingkungan

ABSTRACT

This research is entitled "The Effect of Expressive Writing Integration in Project-Based Environmental Change Learning on High School Students' Creativity and Self-Efficacy". The aim of this research is to differentiate creativity and self-efficacy through the application of expressive writing in project-based environmental change learning and to obtain information on the results of students' creativity and self-efficacy after carrying out integrated expressive writing learning in project-based environmental change learning. This research design uses a non-equivalent post-test only control group design with the research subjects being class project-based learning. The instrument used is a non-test consisting of an assessment rubric to assess the level of creativity and a questionnaire in the form of a rating scale to determine the student's self-efficacy score and questionnaire responses. The results of the research show that there are differences in student creativity between the control class and the experimental class, there are differences in student self-efficacy results between the control class and the experimental class, there is a relationship between creative ideas and student self-efficacy, and the results of the student response questionnaire produce positive responses. The conclusion from the results of this research states that the integration of expressive writing has a significant effect on the creativity and self-efficacy of high school students.

Keywords: expressive writing, creativity, self-efficacy, environmental change material

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI DAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	i
.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
UCAPAN TERIMA KASIH	iii
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
1.5 Batasan Masalah.....	8
1.6 Asumsi dan Hipotesis	9
1.7 Struktur Organisasi Skripsi.....	9
BAB II.....	11
KAJIAN PUSTAKA	11
<i>EXPRESSIVE WRITING</i> TERHADAP KREATIVITAS DAN EFIKASI DIRI PADA MATERI PERUBAHAN LINGKUNGAN BERBASIS PROYEK.....	11
2.1 <i>Expressive Writing</i>	11
2.2 Kreativitas	14
2.3 Efikasi Diri	16
2.4 Pembelajaran Perubahan Lingkungan	19
BAB III	21
METODE PENELITIAN	21
3.1 Definisi Operasional.....	21
3.2 Subjek Penelitian	21

3.3	Metode dan Desain Penelitian	22
3.4	Instrumen Penelitian	23
3.5	Prosedur Penelitian	29
3.6	Analisis Data	36
BAB IV		40
TEMUAN DAN PEMBAHASAN		40
4.1	Temuan	40
4.1.1	Perbedaan Kreativitas Kelas Eksperimen dan Kontrol	40
4.1.2	Perbedaan Efikasi Diri Kelas Eksperimen dan Kontrol	50
4.1.3	Hubungan Ide Kreativitas dengan Efikasi Diri	53
4.1.4	Respons Siswa setelah Pembelajaran dengan Mengintegrasikan <i>Expressive Writing</i>	57
4.2	Pembahasan	59
4.2.1	Perbedaan Kreativitas Siswa dalam Pembelajaran Berbasis Proyek Dengan dan Tanpa <i>Expressive Writing</i>	59
4.2.2	Perbedaan Efikasi Diri Siswa dalam Pembelajaran Berbasis Proyek Dengan dan Tanpa <i>Expressive Writing</i>	67
4.2.3	Hubungan Ide Kreativitas dengan Efikasi Diri	71
BAB V		74
SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI		74
5.1	Simpulan	74
5.2	Implikasi	75
5.3	Rekomendasi	75
DAFTAR PUSTAKA		76
DAFTAR LAMPIRAN		83

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Rincian Subjek Penelitian	22
Tabel 3.2 Desain Penelitian.....	23
Tabel 3.3 Jenis Instrumen.....	24
Tabel 3.4 Penilaian Merancang Ide	24
Tabel 3.5 Rubrik Penilaian Rancangan dan Produk.....	25
Tabel 3.6 Pertanyaan Wawancara.....	25
Tabel 3.7 Kuesioner Efikasi Diri.....	25
Tabel 3.8 Rubrik Penilaian Presentasi Rancangan Produk	27
Tabel 3.9 Rubrik Penilaian Presentasi Produk	27
Tabel 3.10 Kisi-Kisi Angket Respons Siswa.....	28
Tabel 3.11 Pelaksanaan Penelitian	30
Tabel 3.13 Hasil Uji Normalitas dan Uji Homogenitas Data Ide Kreativitas Siswa	36
Tabel 3.14 Hasil Uji Normalitas dan Uji Homogenitas Data Efikasi Diri Siswa .	37
Tabel 3.15 Hasil Uji Normalitas dan Uji Linearitas Kreativitas dan Efikasi Diri Siswa	38
Tabel 3.16 Kriteria Tingkat Korelasi.....	38
Tabel 3.17 Kategorisasi Hasil Angket Respons Siswa.....	39
Tabel 4.1 Hasil Uji <i>Mann Whitney</i> Ide Kreativitas Siswa.....	41
Tabel 4.2 Hasil Rancangan Produk Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol.....	42
Tabel 4.3 Nilai Produk Kelas Eksperimen dan Kontrol.....	45
Tabel 4.4 Rekapitulasi Perbedaan Hasil Penilaian Kreativitas Kelas Eksperimen dan Kontrol	49
Tabel 4.5 Hasil Rekapitulasi Analisis Statistik Efikasi Diri Siswa	51
Tabel 4.6 Uji Korelasi Ide Kreativitas dengan Efikasi Diri Kelas Eksperimen	53
Tabel 4.7 Uji Korelasi Ide dengan Efikasi Diri Kelas Kontrol	53
Tabel 4.8 Uji Korelasi Jumlah Kata Expressive Writing dengan Ide Kreativitas .	55
Tabel 4.9 Uji Korelasi Jumlah Kata Expressive Writing dengan Efikasi Diri	56
Tabel 4.10 Hasil Rekapitulasi Data Kelas Eksperimen.....	56
Tabel 4.11 Hasil Rekapitulasi Data Kelas Kontrol.....	57
Tabel 4.12 Rekapitulasi Data Hasil Respons Siswa.....	58
Tabel 4.13 Kompilasi Hasil Data Kelas Eksperimen.....	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Alur Penelitian.....	35
Gambar 4.1 Penilaian Merancang Ide.....	41
Gambar 4.2 Hasil Efikasi Diri.....	50
Gambar 4.3 Penilaian Presentasi Rancangan.....	52
Gambar 4.4 Penilaian Presentasi Produk.....	52
Gambar 4.5 Grafik Rata-rata Jumlah Kata <i>Expressive Writing</i>	54
Gambar 4.6 Hasil <i>Expressive Writing</i> Pertama.....	60
Gambar 4.7 Hasil <i>Expressive Writing</i> Kedua.....	61
Gambar 4.8 Hasil <i>Expressive Writing</i> Ketiga.....	62
Gambar 4.9 Contoh <i>Expressive Writing</i> yang Berkaitan dengan Efikasi Diri.....	68

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.1 Surat Izin Penelitian Pengambilan Data	84
Lampiran 1.2 Surat Telah Melaksanakan Penelitian.....	85
Lampiran 2.1 Modul Ajar Kelas Eksperimen	87
Lampiran 2.2 Modul Ajar Kelas Kontrol	93
Lampiran 2.3 Lembar Kerja Peserta Didik Kelas Eksperimen	98
Lampiran 2.4 Lembar Kerja Peserta Didik Kelas Kontrol.....	105
Lampiran 3.1 Rubrik Penilaian Merumuskan Masalah.....	112
Lampiran 3.2 Rubrik Penilaian Merancang Ide	113
Lampiran 3.3 Rubrik Penilaian Rancangan dan Produk	114
Lampiran 3.4 Pertanyaan Wawancara.....	116
Lampiran 3.5 Angket Kuesioner Efikasi Diri	119
Lampiran 3.6 Rubrik Presentasi Rancangan	121
Lampiran 3.7 Rubrik Presentasi Produk	122
Lampiran 3.8 Angket Respons Siswa	124
Lampiran 4.1 Hasil Penilaian Merumuskan Masalah Kelas Eksperimen	126
Lampiran 4.2 Hasil Penilaian Merumuskan Masalah Kelas Kontrol.....	128
Lampiran 4.3 Nilai Rancangan Ide Individual Kelas Eksperimen.....	130
Lampiran 4.4 Nilai Rancangan Ide Individual Kelas Kontrol	131
Lampiran 4.5 Hasil Presentasi Rancangan Produk Kelas Eksperimen	132
Lampiran 4.6 Hasil Presentasi Rancangan Produk Kelas Kontrol.....	133
Lampiran 4.7 Hasil Presentasi Produk Kelas Eksperimen.....	134
Lampiran 4.8 Hasil Presentasi Produk Kelas Kontrol	135
Lampiran 4.9 Skor Efikasi Diri Kelas Eksperimen.....	136
Lampiran 4.10 Skor Efikasi Diri Kelas Kontrol	137
Lampiran 4.11 Skor Total Efikasi Diri Kelas Eksperimen	139
Lampiran 4.12 Skor Total Efikasi Diri Kelas Kontrol.....	140
Lampiran 4.13 Hasil Data Expressive Writing	141
Lampiran 4.14 Hasil Jumlah Kata Expressive Writing.....	161
Lampiran 5.1 Hasil Uji Normalitas	163
Lampiran 5.2 Hasil Uji Homogenitas	163
Lampiran 5.3 Hasil Uji Mann Whitney	163
Lampiran 5.4 Hasil Uji Korelasi Ide Kreativitas dengan Efikasi Kelas Eksperimen dan Kontrol	164
Lampiran 5.5 Hasil Uji Korelasi Ide Kreativitas dengan Jumlah Kata Expressive Writing	164
Lampiran 5.6 Hasil Uji Korelasi Efikasi Diri dengan Jumlah Kata Expressive Writing	165
Lampiran 5.7 Hasil Uji Homogenitas Ide Kreativitas.....	165
Lampiran 5.8 Hasil Uji Linearitas Ide Kreativitas dengan Efikasi Diri.....	165
Lampiran 5.9 Hasil Uji Linearitas Expressive Writing dengan Ide Kreativitas ..	166
Lampiran 5.10 Hasil Uji Linearitas Expressive Writing dengan Efikasi Diri	166
Lampiran 6.1 Dokumentasi Kelas Eksperimen.....	168
Lampiran 6.2 Dokumentasi Kelas Kontrol	169

DAFTAR PUSTAKA

- Abadi, D. P., Muchtar, N. S., & Rezana, M. N. (2023, August). Quotes Of The Day: Media Expressive Writing untuk Melatih Kemampuan Katarsis dalam Mengekspresikan Diri pada Siswa SMPN 2 Pakis Malang. In *Prosiding SEMDIKJAR (Seminar Nasional Pendidikan Dan Pembelajaran)* (Vol. 6, pp. 707-713).
- Afriana, J. (2015). Project based learning (PjBL). *Makalah untuk Tugas Mata Kuliah Pembelajaran IPA Terpadu. Program Studi Pendidikan IPA Sekolah Pascasarjana. Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung.*
- Ananiadou, K. and M. Claro (2009), "21st Century Skills and Competences for New Millennium Learners in OECD Countries", *OECD Education Working Papers*, No. 41, OECD Publishing, Paris, <https://doi.org/10.1787/218525261154>
- Anggelia, D., Puspitasari, I., & Arifin, S. (2022). Penerapan Model Project-based Learning ditinjau dari Kurikulum Merdeka dalam Mengembangkan Kreativitas Belajar Pendidikan Agama Islam. *Jurnal Pendidikan Agama Islam Al-Thariqah*, 7(2), 398-408.
- Anisah, D., & Pd, A. M. (2022). Peranan Efikasi Diri Guru Dalam Prestasi Belajar Siswa.
- Arikunto, S. 2012. *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*, Bumi Aksara, Jakarta
- Arikunto, S. 2010. *Metode penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta, 173.
- Arisanty, D., Hastuti, K. P., Setiawan, F. A., & Imawwati, R. (2020). Improving Geography learning through project-based learning model. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(05).
- Avandra, R. (2022). Implementasi pembelajaran berdiferensiasi terhadap keterampilan berpikir kritis siswa pada pembelajaran ipa kelas vi sd. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 8(2), 2944-2960.
- Azis, A. M. (2019). Upaya Meningkatkan Creative Intelligence (Kecerdasan Kreatif) dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Peserta Didik. *Jurnal Pemikiran dan Pengembangan Pembelajaran*, 1(3), 29-40.
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American psychologist*, 37(2), 122.
- Bandura, A. (2007). Much ado over a faulty conception of perceived self-efficacy grounded in faulty experimentation. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26(6), 641-658.
- Bandura, A. (2008). An agentic perspective on positive psychology. *Positive psychology: Exploring the best in people*, 1, 167-196.
- Bandura, A. (2011). A social cognitive perspective on positive psychology. *International Journal of Social Psychology*, 26(1), 7-20.

- Bandura, A. (2012). On the functional properties of perceived self-efficacy revisited. *Journal of management*, 38(1), 9-44.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of personality and social psychology*, 51(6), 1173.
- Basir, M. A. (2019). Analisis kemampuan berpikir kreatif matematis siswa pada materi matriks ditinjau dari self-efficacy. *Jurnal Pemikiran dan Penelitian Pendidikan Matematika (JP3M)*, 2(2), 97-111.
- Berry, D. S., & Pennebaker, J. W. (1993). Nonverbal and verbal emotional expression and health. *Psychotherapy and psychosomatics*, 59(1), 11-19.
- Bilton, L., & Sivasubramaniam, S. (2009). An inquiry into expressive writing: A classroom-based study. *Language Teaching Research*, 13(3), 301-320.
- Byrge, C., & Tang, C. (2015). Embodied creativity training: Effects on creative self-efficacy and creative production. *Thinking Skills and Creativity*, 16, 51-61.
- Cameron, L. D., & Nicholls, G. (1998). Expression of stressful experiences through writing: effects of a self-regulation manipulation for pessimists and optimists. *Health Psychology*, 17(1), 84.
- Charli, L., Ariani, T., & Asmara, L. (2019). Hubungan minat belajar terhadap prestasi belajar fisika. *Science and Physics Education Journal (SPEJ)*, 2(2), 52-60.
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2007). *Research Methods in Education* (Sixth edit). Taylor & Francis e-Library.
- Delgado, PL (2000). Depresi: kasus kekurangan monoamina. *Jurnal Psikiatri klinis*, 61(6), 7-11.
- Dewi, M. W. K., & Nuraeni, R. (2022). Kemampuan komunikasi matematis siswa SMP ditinjau dari self-efficacy pada materi perbandingan di desa karangpawitan. *Plusminus: Jurnal Pendidikan Matematika*, 2(1), 151-164.
- DiMenichi, B. C., Ceceli, A. O., Bhanji, J. P., & Tricomi, E. (2019). Effects of expressive writing on neural processing during learning. *Frontiers in Human Neuroscience*, 13, 389.
- Dorroh, J. (1993). Reflections on Expressive Writing in the Science Class. *Quarterly of the National Writing Project and the Center for the Study of Writing and Literacy*, 15(3), 28-30.
- Efendi, D. H., Sandayanti, V., & Hutasuhut, A. F. (2020). Hubungan Efikasi Diri Dengan Regulasi Diri Dalam Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. *ANFUSINA: Journal of Psychology*, 3(1), 21-32.

- Fajriyah, Y. N., & Hadi, S. (2023). Penalaran Deduktif Siswa Dalam Menyelesaikan Masalah Matematika Hots Yang Memiliki Tingkat Efikasi Diri Rendah. *Journal of Education and Learning Sciences*, 3(1), 43-58.
- Fatimah, S. (2017). Analisis karakter sains dan keterampilan proses sains ditinjau dari efikasi diri pada pembelajaran IPA berbasis masalah melalui metode proyek. *Prosiding FKIP*, 2(6), 10-17.
- Gandoy-Crego, M., Clemente, M., Gómez-Cantorna, C., González-Rodríguez, R., & Reig-Botella, A. (2016). Self-efficacy and health: the SEH scale. *American journal of health behavior*, 40(3), 389-395.
- Ghafoor, A., Qureshi, T. M., Azeemi, H. R., & Hijazi, S. T. (2011). Mediating role of creative self-efficacy. *African Journal of Business Management*, 5(27), 11093.
- Goodrich, J. M., Hebert, M., Savaiano, M., & Andress, T. T. (2020). Effects of sentence-combining instruction for Spanish-speaking language-minority students: evidence from two single-case experiments. *the elementary school journal*, 120(4), 715-749.
- Gredler, M. E., & Schwartz, L. S. (1997). Factorial structure of the self-efficacy for self-regulated learning scale. *Psychological Reports*, 81(1), 51-57.
- Hapsah, R., & Savira, S. I. (2015). Hubungan antara self efficacy dan kreativitas dengan minat berwirausaha. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 5(2), 80-89.
- Harjanty, R. (2019). Peningkatan Kreativitas Melalui Aktivitas Menggambar Pada Anak Usia 5-6 Tahun. *JUPE: Jurnal Pendidikan Mandala*, 4(5).
- Harrist, S., Carlozzi, B. L., McGovern, A. R., & Harrist, A. W. (2007). Benefits of expressive writing and expressive talking about life goals. *Journal of Research in Personality*, 41(4), 923-930.
- Hasim, E. (2020). Penerapan kurikulum merdeka belajar perguruan tinggi di masa pandemi covid-19. *E-Prosiding Pascasarjana Universitas Negeri Gorontalo*.
- Jannah, M., Widohardhono, R., Fatimah, F., Dewi, D. K., & Umanailo, M. C. B. (2019). Managing cognitive anxiety through expressive writing in student-athletes. *International Journal of Scientific and Technology Research*, 8(10), 1615-1618.
- Kartika, Y. E., & Nurhidayah, I. (2020). Dukungan keluarga dalam kemandirian perawatan diri anak retardasi mental ringan di SLB-C YKB Garut. *Jurnal Kesehatan Saemakers Perdana (JKSP)*, 3(2), 214-221.
- King, L. A., & Miner, K. N. (2000). Writing about the perceived benefits of traumatic events: Implications for physical health. *Personality and social psychology bulletin*, 26(2), 220-230.
- Kisti, H. H. (2012). *Hubungan antara self efficacy dengan kreativitas pada siswa SMK* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS AIRLANGGA).

- Latuconsina, H. (2014). *Pendidikan Kreatif: Menuju Generasi Kreatif & Kemajuan Ekonomi*. Gramedia Pustaka Utama.
- Lubart, T. (2010). Cross-cultural perspectives on creativity. *The Cambridge handbook of creativity*, 265-278.
- McGovern, A. R. (2001). *The influence of mental simulation in an expressive writing context on academic performance and the moderating influence of self-efficacy, optimism, and gender*. Oklahoma State University.
- Mogk, C., Otte, S., Reinhold-Hurley, B., & Kröner-Herwig, B. (2006). Health effects of expressive writing on stressful or traumatic experiences-a meta-analysis. *GMS Psycho-Social Medicine*, 3.
- Muhali, M. (2019). Pembelajaran inovatif abad ke-21. *Jurnal Penelitian Dan Pengkajian Ilmu Pendidikan: E-Saintika*, 3(2), 25-50.
- Murniati, A. M. A., MFZ, M. F. Z., Dm, D., & Istiqomah, I. S. Q. (2021). Exploring research on educational curriculum: a systematic review using bibliometric analysis. *COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education*, 6(4), 172-180.
- Myers, S. J., Davis, S. D., & Chan, J. C. (2021). Does expressive writing or an instructional intervention reduce the impacts of test anxiety in a college classroom?. *Cognitive Research: Principles and Implications*, 6(1), 44.
- Natty, R. A., Kristin, F., & Anugraheni, I. (2019). Peningkatkan kreativitas dan hasil belajar siswa melalui model pembelajaran project based learning di sekolah dasar. *Jurnal basicedu*, 3(4), 1082-1092.
- Nilsson, P., & Gro, J. (2015). Skills for the 21 st Century: What Should Students Learn. *Center for Curriculum Redesign*.
- Nisak, K., Salsabila, S. N., Faisal, V. I. A., Hidayati, S. W., & Munawaroh, H. (2023). Problematika Penerapan Kurikulum Merdeka di TK Pertiwi Wonoroto Tahun 2022. *Al-Fitrah (Jurnal Kajian Pendidikan Anak Usia Dini)*, 2(1), 56-62.
- Nugraha, I. R. R., Supriadi, U., & Firmansyah, M. I. (2023). Efektivitas Strategi Pembelajaran Project Based Learning dalam Meningkatkan Kreativitas Siswa. *Jurnal Penelitian Dan Pendidikan IPS*, 17(1), 39-47.
- Nugroho, S. (2008). *Statistika Nonparametrika*.
- Nurdayanti, N., Bahri, A., & Fitria, A. D. (2023). Model Project Based Learning dengan Pendekatan Kontekstual: Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik pada Materi Perubahan Lingkungan di SMA Negeri 7 Sidrap. *JURNAL PEMIKIRAN DAN PENGEMBANGAN PEMBELAJARAN*, 5(2), 134-143.
- Nurfitriyanti, M. (2016). Model pembelajaran project based learning terhadap kemampuan pemecahan masalah matematika. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 6(2).

- Nursolehah, R., & Rahmiati, R. (2022). Pengaruh expressive writing terhadap penurunan stres akademik mahasiswa. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 6703-6712.
- Pambudi, N. A., Nanda, I. R., Alfina, F. T., & Syahrial, A. Z. (2024). Pendidikan dan kesadaran energi terbarukan di kalangan pelajar Indonesia: Menjelajahi tantangan dan peluang untuk masa depan yang berkelanjutan. *Teknologi dan Penilaian Energi Berkelanjutan*, 63, 103631.
- Park, C. L., & Blumberg, C. J. (2002). Disclosing trauma through writing: Testing the meaning-making hypothesis. *Cognitive therapy and research*, 26, 597-616.
- Park, D., Ramirez, G., & Beilock, S. L. (2014). Peran menulis ekspresif dalam kecemasan matematika. *Jurnal Psikologi Eksperimental: Terapan*, 20(2), 103.
- Priatna, I. K., Putrama, I. M., & Divayana, D. G. H. (2017). Pengembangan e-modul berbasis model pembelajaran project based learning pada mata pelajaran videografi untuk siswa kelas X desain komunikasi visual di SMK Negeri 1 Sukasada. *Jurnal Nasional Pendidikan Teknik Informatika: JANAPATI*, 6(1), 70-78.
- Pribadi, R. A., Dzambiyah, A., Putri, A. O., & Rahmatin, V. S. Integrasi Pembelajaran Berbasis Kurikulum Merdeka di Sekolah Dasar Persis. *Jurnal Pendidikan Sultan Agung*, 4(1), 12-20.
- Puozzo, I. C., & Audrin, C. (2021). Improving self-efficacy and creative self-efficacy to foster creativity and learning in schools. *Thinking Skills and Creativity*, 42, 100966.
- Purwaningrum, J. P. (2016). Mengembangkan Kemampuan Berpikir Kreatif Matematis Melalui Discovery Learning Berbasis Scientific Approach. *Refleksi Edukatika*, 6 (2), 145–157.
- Putri, B. C., Aldila, F. T., & Matondang, M. M. (2022). Hubungan Antara Karakter Motivasi Belajar dengan Hasil Belajar Siswa. *Integrated Science Education Journal*, 3(2), 45-49.
- Rachmawati, N., Marini, A., Nafiah, M., & Nurasih, I. (2022). Projek Penguatan Profil Pelajar Pancasila dalam Implementasi Kurikulum Prototipe di Sekolah Penggerak Jenjang Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 6(3), 3613–3625. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i3.2714>
- Ramirez, G., & Beilock, S. L. (2011). Writing about testing worries boosts exam performance in the classroom. *science*, 331(6014), 211-213.
- Redhana, I. W. (2019). Mengembangkan keterampilan abad ke-21 dalam pembelajaran kimia. *Jurnal inovasi pendidikan kimia*, 13(1).
- Riduwan, M. B. A. (2012). Skala pengukuran variabel-variabel penelitian.
- Riyadi, L., & Budiman, N. (2023). Capaian pembelajaran seni musik pada Kurikulum Merdeka sebagai wujud merdeka belajar. *Musikolastika: Jurnal Pertunjukan Dan Pendidikan Musik*, 5(1), 40-50.

- Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2011). *Perilaku Organisasi: Organizational Behavior*, Buku 2.
- Rustan, E. (2020). *Model Pembelajaran: Menulis Kreatif Berbasis Neuro Linguistic Program*.
- Rypma, B., Berger, J. S., & D'esposito, M. (2002). The influence of working-memory demand and subject performance on prefrontal cortical activity. *Journal of cognitive neuroscience*, 14(5), 721-731.
- Sabaniah, N., Winarni, E. W., & Jumiarni, D. (2019). Peningkatan Kemampuan Berpikir kreatif melalui lembar kerja peserta didik (LKPD) berbasis creative problem solving. *Diklabio: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Biologi*, 3(2), 230-239.
- Safithry, E. A., & Dewi, I. S. (2020). Terapi Menulis Ekspresif Untuk Menurunkan Tingkat Stres Akademik Peserta Didik Di Sekolah Full Day School: Expressive Writing Therapy To Reduce Academic Stress Of Students In Full Day School. *Suluh: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(2), 40-47.
- Scardamalia, M., Bransford, J., Kozma, B., & Quellmalz, E. (2012). New assessments and environments for knowledge building. In *Assessment and teaching of 21st century skills* (Vol. 9789400723245, pp. 231–300). Springer Netherlands. https://doi.org/10.1007/978-94-007-2324-5_5
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, Coping, and Health: Assessment and Implications of Generalized Outcome Expectancies. In *Health Psychology* (Vol. 4, Issue 3).
- Schunk, D. H. (1982). Effects of Effort Attributional Feedback on Children's Perceived Self-Efficacy and Achievement. In *Journal of Educational Psychology* (Vol. 74, Issue 4).
- Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2021). Self-efficacy and human motivation. In *Advances in Motivation Science* (Vol. 8, pp. 153–179). Elsevier Ltd. <https://doi.org/10.1016/bs.adms.2020.10.001>
- Schunk, D. H., Schunk, A. R. H., & Hanson, D. H. (1982.). Influence of Peer-Model Attributes on Children's Beliefs and Learning. In *Journal of Educational Psychology* (Vol. 81). <http://www.apa.org/>
- Setiyawan, P., Rejeki, E. S., & Sukisno, S. (2023). Pengaruh Pelaksanaan Meditasi Sebelum Pembelajaran Untuk Meningkatkan Kemampuan Menangani Stres Akademik Siswa Agama Buddha. *Journal on Education*, 6(1), 7881-7889.
- Shavelson, Richard J dan Bolus, Roger.(1981).Self Concept:The Interplay of Theory and Methods. *Journal of Educational Psychology (Online)*, Vol.74, No.1. <http://www.rand.org/pubs/papers/2009/P6607.pdf>

- Siswono, T. Y. E. (2008). Promoting creavity in learning mathematics using open-ended problems. In *The 3 International Conference on Mathematics and Statistics (ICoMS-3) Institut Pertanian Bogor, Indonesia* (pp. 5-6).
- Spera, S. P., Buhrfeind, E. D., & Pennebaker, J. W. (1994). Expressive writing and coping with job loss. *Academy of management journal*, 37(3), 722-733.
- Sudarma, M. 2013. *Mengembangkan Keterampilan Berpikir Kreatif*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono, P. D. (2010). Metode Penelitian. *Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*.
- Suhandri, Juandi, D., & Kusumah, Y. S. (2019). Effectiveness of the application of learning models collaborative problem solving against the ability to solve mathematical problems in middle school students. *Journal of Physics: Conference Series*, 1315(1). <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1315/1/012067>
- Syah, A. Y., & Dewiyuliana, D. (2023). The Effectiveness of Expressive Writing Therapy in Reducing Anxiety Levels in Teenage Bullying Victims. *Media Keperawatan Indonesia*, 6(3), 175. <https://doi.org/10.26714/mki.6.3.2023.175-183>
- Tausczik, Y. R., & Pennebaker, J. W. (2010). The psychological meaning of words: LIWC and computerized text analysis methods. In *Journal of Language and Social Psychology* (Vol. 29, Issue 1, pp. 24–54). <https://doi.org/10.1177/0261927X09351676>
- Wijaya, E. Y., Sudjimat, D. A., & Nyoto, A. (2016, September). Transformasi pendidikan abad 21 sebagai tuntutan pengembangan sumber daya manusia di era global. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Matematika* (Vol. 1, No. 26, pp. 263-278).
- Yusuf, M. (2011). The impact of self-efficacy, achievement motivation, and self-regulated learning strategies on students' academic achievement. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 15, 2623-2626.