

***THE INFLUENCE OF COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY (CBT) TO INCREASE  
SELF EFFICACY OF DIABETIC TYPE 2 PATIENT.***

Margarana Manusuputra, Anak Agung Bagus\*), Gimmy P., Ahmad\*\*),  
Abdurahman, Muniroh\*\*)

*Padjadjaran University*

**ABSTRACT**

*The purpose of this study is to measure the Beck's Cognitive Behavior Therapy in increasing self efficacy of diabetic type 2 patient. This program consists of psychoeducation, the application of Socratic's method, identification of irrational belief, relaxation technique, short term and long term action, and relapse prevention and termination. Subjects of this study are patients within 40-55 years old.*

*This study used quasi experimental approach with interrupted time series design. The measurement was done to 3 subjects. Data was gathered through self efficacy of diabetic questionnaires which an adaptation of Self Efficacy of Diabetic Questionnaire that is developed by Stanford Patient Education Research Center. This research also use the illness perception of Leventhal, to measure the illness perception of diabetic patients in this research. The statistic method in this research using the Page Test.*

*The result shows that the Cognitive Behavior Therapy increases the self efficacy of diabetic significantly. While, the result of Illness Perception Questionnaire of Diabetic shows there is increasing score along with the increasing of self efficacy of diabetic. It is suggested to get a deep understanding of the problem and complaint from each client. The sessions of CBT have to be added to see the influence of changing to be wished.*

*Key Words: Cognitive Behavior Therapy (CBT), self efficacy, illness perception, diabetic type 2.*

*\*) Author*

*\*\*\*) Supervisor*

**PENGARUH *COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY* (CBT) TERHADAP  
PENINGKATAN *SELF EFFICACY* PADA PASIEN  
DIABETES MELLITUS TIPE 2**

Anak Agung Bagus Margarana Manusuputra\*), Ahmad Gimmy P.\*\*),  
Muniroh Abdurahman\*\*)

Universitas Padjadjaran

**ABSTRAK**

Penelitian ini merupakan studi yang bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh *Cognitive Behavior Therapy* dari Aaron Beck untuk meningkatkan *self efficacy* pada pasien diabetes mellitus tipe 2. Treatment CBT ini mencakup psikoedukasi, penerapan metode Socratic, identifikasi *irrational belief*, *relaxation technique*, *short term and long term action*, dan pencegahan *relapse and termination*. Subjek pada penelitian ini adalah pasien berusia 40-55 tahun.

Penelitian ini menggunakan pendekatan *quasi experimental* dengan *interrupted time series design*. Pengukuran dilakukan kepada 3 orang subjek. Data diperoleh melalui kuesioner *self efficacy of diabetes* yang merupakan adaptasi dari *self efficacy of diabetic Questionnaire* yang merupakan alat diagnostik yang dikembangkan oleh Stanford Patient Education Research Center. Penelitian ini juga melakukan pengukuran terhadap *Illness Perception Questionnaire of diabetes*, yang dikembangkan oleh Leventhal. Tujuan untuk mengetahui tingkat *illness perception* pada responden penelitian ini. Metode uji statistik yang digunakan adalah uji Page.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perlakuan berupa *treatment CBT* meningkatkan *self efficacy* dan terjadi secara signifikan. Hasil pengukuran dari *Illness Perception of diabetes* menunjukkan adanya perubahan, seiring berubahnya *self efficacy of diabetes*. Dari hasil pengolahan data kualitatif diperoleh hasil adanya perubahan pola pikir dan perilaku dari responden untuk melakukan *self management of diabetes* dengan baik. Untuk efektivitas hasil terapi, peneliti perlu mendalami setiap keluhan dan masalah yang dimiliki setiap klien. Waktu pelaksanaan *treatment* juga perlu ditambah untuk melihat pengaruhnya terhadap perubahan yang diharapkan.

Kata Kunci : *Cognitive Behavior Therapy (CBT)*, *self efficacy*, *illness perception*, *diabetes mellitus tipe 2*.

\*) Penulis

\*\*\*) Pembimbing