

**EFEKTIVITAS *COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY* (CBT) DALAM
MENINGKATKAN *QUALITY OF LIFE* PADA
PASIEN PASCA STROKE DI RS DUSTIRA**

Oleh:

MEIDIAN ADHIPRADANA

190420120023

TESIS

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam
Memperoleh Gelar Magister Profesi Psikologi
Program Studi Magister Profesi Psikologi
Pendalaman Psikologi Klinis Dewasa**



PROGRAM MAGISTER PROFESI PSIKOLOGI

MAYORING KLINIS DEWASA

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS PADJADJARAN

JATINANGOR

2016

ABSTRAK

EFEKTIVITAS *COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY* (CBT) DALAM MENINGKATKAN *QUALITY OF LIFE* PADA PASIEN PASCA STROKE DI RS DUSTIRA

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dalam meningkatkan *Quality Of Life* pada pasien pasca stroke di RS Dustira. Pada umumnya stroke memang menyerang orang yang lanjut usia, tapi dalam kenyataan sekarang bisa juga diderita oleh orang yang terbilang masih muda. Hampir semua penderita stroke, baik yang ringan maupun yang berat, menganggap bahwa terserang stroke menjadi akhir dari segalanya. Terlebih jika penderita mengalami gangguan fisik pasca menderita penyakit tersebut sehingga kualitas hidupnya menurun. Penderita stroke kerap merasa makin terpuruk mendapati kemampuan dan keterampilan fisiknya menurun drastis. Belum lagi hidup mereka yang bergantung pada orang-orang di sekeliling mereka. Banyaknya pasien penderita stroke yang mengalami kelumpuhan berpikir sejak dirinya menderita stroke menjadi tidak berguna lagi dikarenakan penampilannya yang tidak seperti sebelumnya. Dan juga karena kelumpuhannya mengurangi kualitas pekerjaannya. Sehingga tugas pekerjaan yang diberikan oleh kantor menjadi berkurang. Cara berpikir salah yang menganggap dirinya menjadi tidak berguna lagi terus terbayang. Sehingga pikiran yang salah tersebut membuat kualitas hidup si penderita menjadi menurun. Psikoterapi yang tepat dapat menjadi suatu cara untuk meningkatkan kualitas hidup yang dialami Subjek. CBT merupakan suatu pendekatan psikoterapi yang diperkenalkan oleh Beck. Pendekatan ini merupakan bentuk terapi yang ditujukan untuk mengubah cara berpikir individu agar menjadi lebih rasional, yaitu dengan menggunakan teknik kognitif dan perilaku agar Subjek mampu mengenali dan kemudian mengevaluasi kesalahan berpikirnya, sehingga diharapkan dapat mengubah cara berpikir, keyakinan, dan perasaannya yang salah. Penelitian ini menggunakan rancangan kuasi eksperimen, dengan melibatkan dua orang Subjek Penelitian yang diperoleh dengan melalui teknik *purposive sampling*. Data penelitian ini diperoleh dengan menggunakan teknik wawancara, observasi, dan melalui kuesioner WHOQOL-BREF. Pemberian terapi dilakukan sebanyak 6 sesi. Data dianalisis dengan menggunakan teknik *content analysis* dan analisa deskriptif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa CBT efektif untuk meningkatkan kualitas hidup pada Subjek Penelitian, yang ditandai dengan meningkatnya skor pada kuesioner WHOQOL-BREF, dan juga perubahan yang tampak pada pola pemikiran Subjek Penelitian.

Kata Kunci; Pasien Pasca Stroke, *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), *Quality of Life*

ABSTRACT

EFFECTIVENESS COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY (CBT) IN IMPROVING QUALITY OF LIFE AFTER STROKE PATIENTS IN DUSTIRA HOSPITAL

This study aims to determine the effectiveness of Cognitive Behavior Therapy (CBT) in improving the Quality Of Life in post- stroke patients in Dustira hospital. In general, the stroke does strike the elderly , but in reality now could be suffered by the person who is still fairly young. Almost all patients with stroke, both light and heavy , assume that the stroke to be the end of everything. Especially if patients experience physical disorder after suffering from the disease so that the quality of life decline. People with stroke often feel getting worse physical abilities and skills have decreased dramatically. Not to mention the life of those who rely on the people around them. The number of stroke patients who suffered paralysis think since he suffered a stroke become useless due to the appearance like never before . And also because of his paralysis reduce the quality of their work. So that the work tasks given by the office to be reduced . This way of thinking one who considers himself to be no longer useful continue to haunt. So the thought that one is making quality of life for the patient to decrease. Proper psychotherapy can be a way to improve the quality of life experienced by the subject. CBT is a psychotherapy approach introduced by Beck. This approach is a form of therapy aimed at changing the way people think in order to be more rational , using cognitive and behavioral techniques that subject is able to identify and then evaluate the error of thinking, which is expected to change the way of thinking , beliefs , and feelings are wrong. This study used a quasi-experimental design , involving two research subject obtained through purposive sampling technique. The research data was obtained using the technique of interview, observation , and through questionnaires WHOQOL–BREF. Do therapy for 6 sessions. Data were analyzed using content analysis techniques and descriptive analysis. The results of this study indicate that CBT is effective for improving the quality of life in study subject , which is characterized by an increased score on the questionnaire WHOQOL-BREF , and also the changes that appear in thinking patterns Subjects Research.

Keywords; Post- Stroke Patients , Cognitive Behavior Therapy (CBT) , Quality of Life