

**EFEKTIVITAS *COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY*
TERHADAP PENINGKATAN *QUALITY OF LIFE* PADA
PASIEN *THALASSEMIA***

Oleh:
Ismalandari Ismail
190420130045

TESIS

Untuk memenuhi salah satu syarat ujian
Guna memperoleh gelar Magister Profesi Psikologi
Program Studi Magister Profesi Psikologi
Konsentrasi Psikologi Klinis Dewasa



**PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS PADJADJARAN
JATINANGOR**

2016

ABSTRACT

Title: Effectiveness Of Cognitive Behavior Therapy to Improvement Of Quality Of Life on Thalassemia Patients. Ismalandari Ismail. 190420130045. Program Magister Psikologi Profesi Universitas Padjadjaran.2016

This research based on the phenomenon that thalassemia is one of the health problem in the world, which according to the WHO in 1994, approximately 4.5% of the total world population and with the prevalence of approximately 6-10% of Indonesia's population are thalassemic carriers (Rahayu, 2012). Anually, thalassemic patients will be growing because it is a genetic disease with no medication. Not only the physical condition, thalassemic patients also affected by the psychological conditions mainly related to their quality of life. In order to improve the quality of life of the thalassemic patients, researcher used Cognitive Behavior Therapy in this study. The purpose of this study was to examine the effectiveness of Cognitive Behavior Therapy to improve the quality of life in thalassemia patients.

The subjects in this research were 3 thalassemic patients with major thalassemia. All of the subjects were women aged 20-25 years old and had a tendency to have a low score on quality of life which was related to their thalassemic conditions (eg. view themselves as uninteresting, useless, helpless). The design of the study was quasi-experimental design with One-Group Pre-Test-Post-Test Design.

The subjects were given a treatment in the form of Cognitive Behavior Therapy for 6 sessions, with one session of preparation and five therapy sessions within \pm 60 minutes on each session. Data obtained from the questionnaire, observation, and interview. The questionnaire of quality of life used is an adaptation of the World Health Organization Quality of Life (WHOQOL-BREF). The measurement of the quality of life was done twice: before and after the intervention. The data obtained were analyzed with descriptive and statistical analysis using the Wilcoxon test.

The results found that in the initial measurement, all of the three subjects perceived their quality of life lower than the everage of the general population (Patient A=84, Patient B=91, dan Patient C=82) and after the intervention these score was getting higher than the average of the general population (Patient A=110, Patient B=109, dan Patient C=99). These changes showed that Cognitive Behavioral Therapy were effective to increase the quality of life of the subjects who suffer from thalassemia. These changes occurred because all of the subjects were able to motivate themselves, so that they can change the negative thoughts into positive thoughts, which were characterized by the more adaptive behavior of each subjects.

Keywords: cognitive behavior therapy, quality of life, thalassemia

ABSTRAK

Judul: Efektivitas *Cognitive Behavior Therapy* Terhadap Peningkatan *Quality Of Life* Pada Pasien *Thalassemia*. Ismalandari Ismail. 190420130045. Program Magister Psikologi Profesi Universitas Padjadjaran.2016

Penelitian ini berdasarkan fenomena bahwa *thalassemia* merupakan salah satu masalah kesehatan di dunia, dimana menurut WHO pada tahun 1994 sekitar 4,5% dari total penduduk dunia dengan prevalensi sekitar 6-10% dari jumlah penduduk Indonesia adalah pembawa sifat *thalassemia* (Rahayu, 2012). Pasien *thalassemia* setiap tahunnya akan semakin bertambah karena merupakan penyakit genetik dan belum ada pengobatan yang dapat menyembuhkannya, selain kondisi fisik, *thalassemia* juga mempengaruhi kondisi psikologis penderita yaitu terkait kualitas hidupnya. Sehingga untuk meningkatkan kualitas hidup pasien, peneliti menggunakan intervensi *Cognitive Behavior Therapy*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas *Cognitive Behavior Therapy* untuk meningkatkan kualitas hidup pada pasien *thalassemia*

Partisipan pada penelitian ini adalah 3 pasien *thalassemia* mayor, berjenis kelamin perempuan, rentang usia 20-25 tahun, memiliki kecenderungan kualitas hidup yang rendah terkait penyakit *thalassemia* yang dideritanya misalnya memandang diri tidak menarik, tidak berguna, ataupun tidak memiliki kemampuan. Desain penelitian yang digunakan adalah *quasi experimental* dengan *One-Group Pretest-Posttest Design*.

Partisipan mendapatkan perlakuan berupa *Cognitive Behavior Therapy* sebanyak 6 pertemuan dengan 1 sesi persiapan dan 5 sesi terapi dalam waktu ± 60 menit setiap sesi. Data diperoleh dari hasil kuesioner, observasi, dan *interview*. Kuesioner kualitas hidup yang digunakan merupakan adaptasi dari *World Health Organization Quality of Life (WHOQOL-BREF)*. Pengukuran kualitas hidup dilakukan sebanyak dua kali yaitu sebelum dan setelah intervensi diberikan. Data yang diperoleh dianalisa dengan menggunakan analisa deskriptif dan statistik uji dengan menggunakan uji Wilcoxon.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada pengukuran awal ketiga subjek menghayati persepsi kualitas hidupnya rendah dibandingkan rata-rata populasi umum (Pasien A=84, Pasien B=91, dan Pasien C=82) dan setelah mendapatkan intervensi *Cognitive Behavior Therapy*, persepsi kualitas hidup partisipan berubah menjadi tinggi dibandingkan rata-rata populasi umum (Pasien A=110, Pasien B=109, dan Pasien C=99). Hasil tersebut menunjukkan bahwa *Cognitive Behavior Therapy* efektif untuk meningkatkan kualitas hidup ketiga partisipan yang mengalami penyakit *thalassemia*. Perubahan terjadi karena motivasi partisipan agar dapat merubah pemikiran negatif menjadi pemikiran positif ditandai dengan perubahan perilaku dari setiap partisipan menjadi lebih adaptif.

Kata Kunci: *cognitive behavior therapy, quality of life, thalassemia*