

**REVIEW LITERATUR**

**PENGARUH COGNITIVE BEHAVIOUR TERAPHY TERHADAP  
TINGKAT ANSIETAS PADA PENDERITA DIABETES MILITUS**



**ADHITIA SHANDY ALMADANI**

**NIM. P07120520040**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN YOGYAKARTA  
PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
JURUSAN KEPERAWATAN  
TAHUN 2021**

**REVIEW LITERATUR**

**PENGARUH COGNITIVE BEHAVIOUR TERAPHY TERHADAP  
TINGKAT ANSIETAS PADA PENDERITA DIABETES MILITUS**

Dianjukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners



**ADHITIA SHANDY ALMADANI**

**NIM. P07120520040**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN YOGYAKARTA  
PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
JURUSAN KEPERAWATAN  
TAHUN 2021**

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**REVIEW LITERATUR**

**“PENGARUH COGNITIVE BEHAVIOUR THERAPHY TERHADAP  
TINGKAT ANSIETAS PADA PENDERITA DIABETES MILITUS”**

Disusun Oleh :

ADHITIA SHANDY ALMADANI

P07120520040

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal

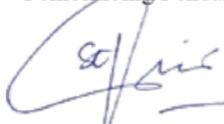
Menyetujui :

Pembimbing Utama

  
Abdul Majid, S.Kep, Ns, M.Kep

NIP.196705151989031005

Pembimbing Pendamping

  
Sari Candra Dewi, SKM, M.Kep

NIP.197708131999032001

Yogyakarta, 19 Oktober 2021

Ketua Jurusan Keperawatan



  
Bondan Paestun, SKM, M. Kep, Sp. Kom

NIP. 197207161994031005

**HALAMAN PENGESAHAN**

**REVIEW LITERATUR**

**PENGARUH COGNITIVE BEHAVIOUR TERAPHY TERHADAP  
TINGKAT ANSIETAS PADA PENDERITA DIABETES MILITUS**

Disusun Oleh  
ADHITIA SHANDY ALMADANI  
NIM. P07120520040

Telah diperthankan di depan dewan penguji  
Pada tanggal :..... 2021

**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

Ketua,  
Budhy Ernawan, S.Kp., M. Tr.Kep (.....)  
NIP.196003131983071001

Anggota,  
Abdul Majid, S.Kep, Ns, M.Kep (.....)  
NIP.196705151989031005

Anggota,  
Sari Candra Dewi, SKM, M.Kep (.....)  
NIP.197708131999032001

Yogtakarta, .....  
Ketua Jurusan Keperawatan

Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp. Kom  
NIP. 197207161994031005

## HALAMAN PERSYARATAN ORISINALITAS

Review literatur ini adalah hasil karya peneliti sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah peneliti nyatakan dengan benar.

Nama : Adhitia Shandy Almadani

NIM : P07120520040

Tanda Tangan : 

Tanggal : 19 Oktober 2021

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
REVIEW LITERATUR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Adhitia Shandy Almadani

NIM : P07120520040

Program Studi : Prodi Profesi Ners

Jurusan : Keperawatan

demikian demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty- Free Right)** atas review literatur saya yang berjudul :

**PENGARUH COGNITIVE BEHAVIOUR TERAPHY TERHADAP  
TINGKAT ANSIETAS PADA PENDERITA DIABETES MILITUS**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta

Pada tanggal : 19 Oktober 2021

Yang menyatakan



( Adhitia Shandy Almadani )

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, peneliti dapat menyelesaikan review literatur ini. Penulisan review literatur ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Review literatur ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Joko Susilo, SKM, M.Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang sudah memberikan izin melakukan penelitian.
2. Bondan Palestin, SKM, M. Kep, Sp.Kom, selaku Ketua Jurusan Keperawatan yang sudah memberikan izin melakukan penelitian dan memberikan support.
3. Harmilah, S.Pd., S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.MB, selaku Ketua Prodi Profesi Ners Jurusan Keperawatan yang sudah memberikan izin melakukan penelitian dan memberikan support.
4. Budhy Ernawan, S.Kp., M. Tr.Kep, selaku ketua dewan penguji yang telah bersedia menguji dan memberikan banyak masukan dalam seminar literatur review ini.
5. A Abdul Majid, S.Kep, Ns, M.Kep, selaku Pembimbing Utama yang telah membimbing dan banyak memberikan masukan dalam penyusunan review literatur ini.
6. Sari Candra Dewi, SKM, M.Kep, selaku Pembimbing Pendamping yang telah

membimbing dan banyak memberikan masukan dalam penyusunan review literatur ini.

7. Orang tua, keluarga dan teman-teman peneliti yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral.
8. Pihak-pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu menyelesaikan review literatur ini.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Yogyakarta 2021

-

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
HALAMAN JUDUL .....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
HALAMAN PERSYARATAN ORISINALITAS .....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xii
ABSTRAK .....	xiii
ABSTRACT .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan .....	3
D. Manfaat Penelitian .....	4
<b>BAB II METODE PENELITIAN .....</b>	<b>6</b>
A. Desain dan Jenis Penelitian .....	6
B. Metode Pengumpulan Data .....	6
1. Sumber Data Base Penelitian .....	6
2. Waktu Publikasi .....	6
3. Menetapkan Pertanyaan Penelitian .....	7
4. Kriteria Inklusi dan Eksklusi .....	8
5. Strategi Penelusuran Publikasi .....	9
C. Merangkum dalam Tabel Ringkasan Pustaka .....	11
D. Analisis dan Sintesis .....	11
E. Penyusunan Laporan .....	12
<b>BAB III RINGKASAN PUSTAKA .....</b>	<b>13</b>

<b>BAB IV ANALISIS DAN SINTESIS .....</b>	<b>15</b>
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b><u>21</u></b>
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b><u>22</u></b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>24</b>

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 1. <i>Framework</i> PEO Untuk Menentukan Pertanyaan.....	7
Tabel 2. Kata kunci atau keyword .....	7
Tabel 3. Kriteria inklusi dan eksklusi .....	8
Tabel 4. Strartegi pencarian data based .....	10
Tabel 5. Ringkasan Pustaka.....	13

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 1. Skema Pemilihan Artikel Berdasarkan Kriteria Inklusi dan	
Ekslusi .....	9

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 .....	25
Lampiran 2 .....	26
Lampiran 3 .....	28
Lampiran 4 .....	29
Lampiran 5 .....	30

## LITERATURE REVIEW

### PENGARUH COGNITIVE BEHAVIOUR THERAPHY TERHADAP TINGKAT ANSIETAS PADA PENDERITA DIABETES MILITUS

Adhitia Shandy Almadani<sup>1)</sup> Abdul Majid<sup>2)</sup> Sari Candra Dewi<sup>3)</sup>

Profesi Ners Poltekkes kemenkes Yogyakarta  
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman  
Email: [adhitiashandyalmadani@gmail.com](mailto:adhitiashandyalmadani@gmail.com)

#### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Diabetes Melitus adalah penyakit kronis yang kompleks yang membutuhkan perawatan medis berkelanjutan dengan strategi pengurangan risiko multi faktor di luar kontrol glikemik. Kecemasan merupakan perasaan khawatir yang tidak jelas dan biasanya berkaitan dengan kekhawatiran tentang bahaya tidak terduga yang terjadi di masa depan. Cognitive Behavior Therapy (CBT) merupakan suatu bentuk psikoterapi yang bertujuan untuk menangani perilaku maladaptif dan mengubah proses kognitif individu. **Tujuan:** untuk melakukan review mengenai pengaruh terapi CBT terhadap tingkat ansietas pada penderita diabetes melitus. **Metodologi:** Penelusuran artikel menggunakan data base penelitian keperawatan dan kesehatan yaitu Pubmed, Schollar, dan JKI untuk menemukan artikel artikel sesuai kriteria inklusi dan eksklusi kemudian dilakukan review. **Hasil:** berdasarkan hasil telaah dari 5 jurnal maka didapatkan bahwa rata-rata terapi CBT dapat menurunkan tingkat ansietas pada pasien diabetes nilitus. **Kesimpulan:** bahwa Terapi CBT dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien diabetes.

Kata kunci: Cognitive Behaviour Teraphy, CBT, Perilaku Kognitif, Diabetic Anxiety, Tingkat Kecemasan.

Keterangan:

....1) : Mahasiswa Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

....2) : Dosen jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

....3) : Dosen Jurusan Keperawatan poltekkes Kemenkes Yogyakarta

## LITERATURE REVIEW

### THE EFFECT OF COGNITIVE BEHAVIOUR THERAPY ON ANXIETY LEVEL IN DIABETES MILLITUS PATIENTS

Adhitia Shandy Almadani<sup>1)</sup> Abdul Majid<sup>2)</sup> Sari Candra Dewi<sup>3)</sup>

Profesi Ners Poltekkes kemenkes Yogyakarta  
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman  
Email: [adhitiashandyalmadani@gmail.com](mailto:adhitiashandyalmadani@gmail.com)

#### ABSTRACT

**Background:** Diabetes Mellitus is a complex chronic disease that requires ongoing medical care with multi-factor risk reduction strategies beyond glycemic control. Anxiety is a feeling of worry that is not clear and is usually related to worries about unforeseen dangers that will occur in the future. Cognitive Behavior Therapy (CBT) is a form of psychotherapy that aims to treat maladaptive behavior and change individual cognitive processes. **Objective:** to conduct a review of the effect of CBT therapy on anxiety levels in patients with diabetes mellitus. **Methodology:** Search articles using nursing and health research data bases, namely Pubmed, Schollar, and JKI to find articles according to inclusion and exclusion criteria, then a review is carried out. **Result:** based on the results of a review of 5 journals, it was found that on average CBT therapy can reduce anxiety levels in patients with diabetes mellitus. **Conclusion:** that CBT therapy can reduce anxiety levels in diabetic patients

Key Words: Cognitive Behavior Therapy, CBT, Cognitive Behavior, Diabetic Anxiety, Anxiety Levels.

Desription:

....1) : College Student Of Departement Of Nursing Poltekkes  
Kemenkes Yogyakarta

....2) : Lecturer of Departement of Nursing Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

....3) : Lecturer of Departement of Nursing Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Diabetes Melitus adalah penyakit kronis yang kompleks yang membutuhkan perawatan medis berkelanjutan dengan strategi pengurangan risiko multi faktor di luar kontrol glikemik. Pasien yang mendapat pendidikan dan dukungan manajemen mandiri terus menerus sangat penting untuk mencegah komplikasi akut dan mengurangi risiko komplikasi jangka panjang (ADA, 2016). Berdasarkan Internasional Diabetes Federation, ditemukan 207 juta orang penduduk dunia menderita DM. Jumlah tersebut terus meningkat pada tahun 2019, didapatkan 415 juta orang di dunia yang menderita DM. Hal ini menunjukkan bahwa penderita DM di dunia terus meningkat setiap tahun (IDF, 2017). Menurut World Health Organization (WHO), saat ini terdapat 346 juta penderita diabetes mellitus dimana 80 persennya di Negara berkembang (Ayu, 2019).

Individu yang menderita diabetes berisiko 2 kali lebih besar untuk mengalami kecemasan dan depresi daripada individu yang tidak menderita diabetes. Penderita diabetes melitus tipe 2 yang mengalami kecemasan dapat menyebabkan kadar glukosa darah tidak stabil atau mengalami glikemia. Apabila kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 tidak stabil secara terus-menerus maka akan menimbulkan komplikasi makrovaskuler maupun mikrovaskuler seperti kebutaan, penyakit ginjal, dan amputasi (Kodakandla, Maddela, Pasha, & Vallepalli, 2016).

Kecemasan merupakan perasaan khawatir yang tidak jelas dan biasanya berkaitan dengan kekhawatiran tentang bahaya tidak terduga yang terjadi di masa depan. Individu yang mengalami gangguan kecemasan biasanya merasa dirinya tidak bebas, gugup, takut, gelisah, tegang, dan resah (Direja, 2011). Timbulnya kecemasan diawali dari adanya reaksi stres yang terjadi secara terus menerus. Reaksi pertama respon stres yaitu sekresi sistem saraf simpatis untuk mengeluarkan norepinefrin yang menyebabkan

peningkatan frekuensi jantung. Kondisi ini menyebabkan glukosa darah meningkat sebagai sumber energi untuk perfusi. Peningkatan hormon stres yang diproduksi dapat menyebabkan kadar gula darah meningkat. Hal ini berkaitan dengan adanya sistem neuroendokrin melalui jalur Hipotalamus Pituitary Adrenal (Derek, Rottie, & Kallo, 2017).

Sebuah penelitian kohort yang dilakukan di Inggris pada lebih dari 160.000 pasien yang mendapatkan antidepresan antara tahun 1990-2005 menyimpulkan bahwa penggunaan antidepresan jangka panjang (lebih dari 2 tahun) dalam dosis harian meningkatkan resiko diabetes sebesar 84%. Kemungkinan mekanisme penyebabnya adalah karena adanya efek kenaikan berat badan, selain itu mungkin juga karena peran efek hiperglikemia dari aktivitas noradrenergik antidepresan (Andersohn et al., 2009), sehingga terapi nonfarmakologi untuk depresi sangat berharga bagi pasien diabetes, karena tidak memiliki efek samping yang dapat mempengaruhi kontrol glikemik. Intervensi psikologis, seperti terapi kognitif perilaku (CBT), telah diakui sebagai pilihan terapi untuk depresi pada populasi umum, dan telah terbukti efektif (van Tilburg, Georgiades, & Surwit, 2008).

Cognitive Behavior Therapy (CBT) merupakan suatu bentuk psikoterapi yang bertujuan untuk menangani perilaku maladaptif dan mereduksi penderitaan psikologis, dengan cara mengubah proses kognitif individu (Grebbs, Kaplan, dan Sadock, 2010). CBT mengacu pada kelas intervensi yang diinformasikan secara ilmiah yang berusaha untuk secara langsung memanipulasi cara berpikir dan pola perilaku disfungsi untuk mengurangi penderitaan psikologis. Khusus untuk gangguan kecemasan, model kognitif berpendapat bahwa penilaian ancaman yang berlebihan adalah elemen inti yang mendasari kecemasan patologis (Clark & Beck, 2009).

Menurut Rosenwald (Arjadi, 2012) pendekatan ini mengajarkan individu untuk mengenali bahwa pola pikir tertentu yang sifatnya negatif dapat membuat individu salah memaknai situasi dan memunculkan emosi

atau perasaan negatif. Pikiran dan emosi yang salah pada akhirnya akan mempengaruhi tingkah laku individu, hingga dianggap membutuhkan terapi Intervensi psikologis pada proses kognitif dan perilaku akan didapat perubahan pada pemikiran, perasaan, dan perilaku.

Berdasarkan uraian diatas, saya tertarik untuk mengangkat dan mengulas literature review dengan topik “Pengaruh Terapi CBT Terhadap Tingkat Ansietas Pada Penderita Diabetes Melitus” untuk mengetahui terapi CBT tersebut dapat menurunkan tingkat kecemasan, sehingga dapat di aplikasikan untuk menurunkan tingkat kecemasan dan mengubah pola hidup yang lebih baik pada pasien penderita diabetes mellitus.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, maka rumusan masalah adalah apakah terapi CBT berpengaruh terhadap tingkat kecemasan pada pasien diabetes melitus ?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **a. Tujuan Umum**

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi CBT terhadap tingkat ansietas pada penderita diabetes melitus.

### **b. Tujuan Khusus**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. mengidentifikasi efek pengaruh terapi CBT terhadap tingkat ansietas pada penderita diabetes melitus.
2. Menganalisis efektivitas terapi CBT terhadap tingkat ansietas pada penderita diabetes melitus berdasarkan literature.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### 1. Secara Teoritis

Diharapkan dari studi literatur ini dapat bermanfaat sebagai bahan untuk menambah ilmu pengetahuan tentang pengaruh terapi CBT terhadap tingkat ansietas pada penderita diabetes melitus.

##### 2. Secara Praktis

###### a. Bagi Responden

Studi literature ini diharapkan dapat memberikan masukan dan membantu klien untuk meningkatkan perawatan atas diri sendiri.

###### b. Bagi Institusi Rumah Sakit

Studi literature ini diharapkan dapat dipergunakan sebagai informasi dalam menentukan kebijakan mengenai pemenuhan pelayanan yang bermutu agar bisa menjalankan asuhan keperawatan untuk meminimalkan timbulnya kecemasan pada pasien.

###### c. Bagi Institusi Pendidikan

Studi literature ini diharapkan dapat memberikan informasi dan tambahan referensi dalam ilmu keperawatan mengenai penggunaan terapi CBT untuk mengurangi tingkat ansietas pada penderita diabetes melitus dan juga dapat digunakan sebagai acuan dipergustakaan sehingga berguna bagi mahasiswa untuk penelitian selanjutnya.

d. Bagi Peneliti

Diharapkan dari hasil studi literatur ini melatih peneliti untuk mengetahui pengaruh terapi CBT terhadap tingkat ansietas pada penderita diabetes melitus dan dapat mengembangkan kemampuan dalam bidang penelitian dan sebagai bentuk implementasi dari ilmu-ilmu yang sudah dipelajari peneliti selama kuliah dalam keperawatan.

## **BAB II**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain dan Jenis Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian *literature review* yakni sebuah jenis penelitian yang berupaya memeriksa, menganalisa, mengevaluasi, dan mensintesis atau menggabungkan berbagai temuan penelitian, teori, dan bahan penelitian lainnya terkait dengan topik tertentu. Desain penelitian ini membutuhkan keterampilan mengidentifikasi topik, mencari, menganalisis, dan menghubungkan berbagai penelitian dalam satu perspektif yang bermakna dan koheren (Efron & Ravid, 2019).

#### **B. Metode Pengumpulan Data**

##### 1. Sumber Data Base Penelitian

Pemilihan *database* literatur disesuaikan dengan topik pembahasan (Jing et al., 2018). Pencarian literatur dalam penelitian ini berasal dari Google Scholar, Pubmed, SINTA, dan Garuda dengan kata kunci *Cognitive Behaviour Teraphy, CBT, Perilaku Kognitif, Diabetic Anxiety, Tingkat Kecemasan*.

##### 2. Waktu Publikasi

Pencarian terbatas dalam kurun waktu tertentu, dalam penelitian ini kurun waktu yang digunakan adalah publikasi antara tahun 2016-2021.

### 3. Menetapkan Pertanyaan Penelitian

Langkah pertama untuk menemukan penelitian yang efisien adalah mengajukan pertanyaan klinis yang dirancang dengan baik berdasarkan *framework* PICO, PIO, atau PEO (Frandsen, Lindhart, & Eriksen., 2020). Pertanyaan penelitian ini ditentukan dengan menggunakan *framework* PEO yaitu singkatan dari *Population – Exposure* (intervensi/ paparan) – *Outcome* (luaran/ hasil).

Tabel 1. *Framework* PEO Untuk Menentukan Pertanyaan

<i>Population</i>	<i>Exposure</i>	<i>Outcome</i>
<i>Diabetic</i>	<i>Cognitive Behaviour Teraphy</i>	<i>Anxiety</i>

Berdasarkan *framework* tersebut, maka didapatkan pertanyaan penelitian yaitu “Bagaimana tingkat *Kecemasan* pada pasien *Diabetes* setelah menjalani *Terapi Perilaku Kognitif (CBT)*?” Komponen yang diidentifikasi dalam menentukan pertanyaan penelitian (PICO, PIO atau PEO) dapat digunakan sebagai dasar untuk kata kunci dalam strategi pencarian (Dobbins, 2017).

Tabel 2. Kata Kunci atau *Keywords*

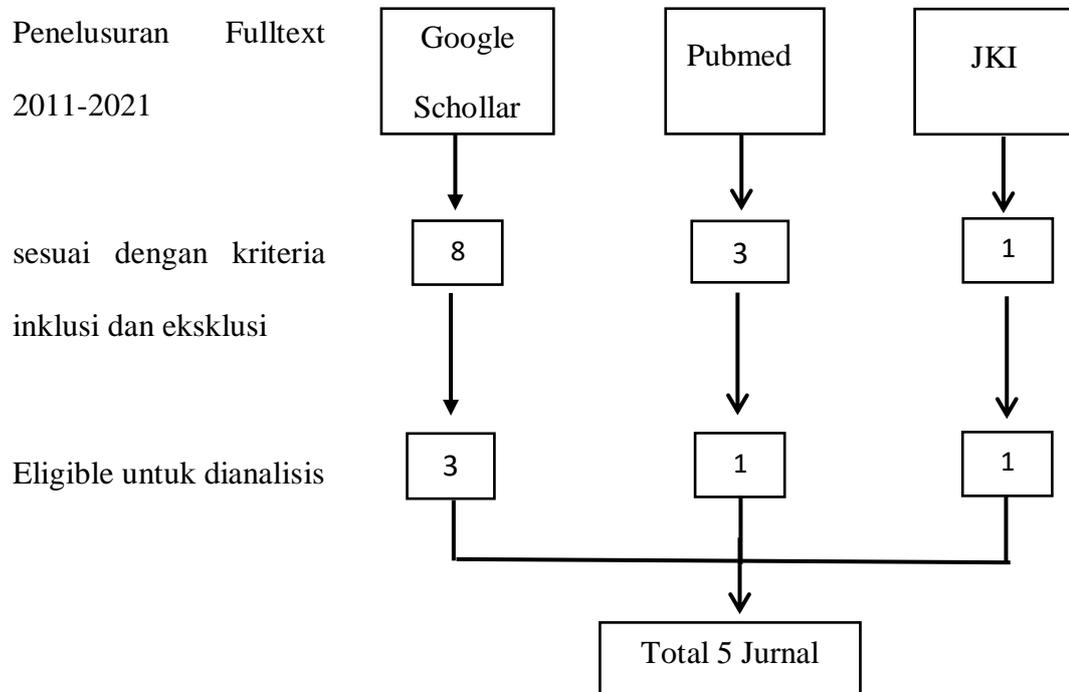
<i>Population</i>	<i>Exposure</i>	<i>Outcome</i>
<i>Diabetic</i>	<i>Cognitive Behaviour Teraphy Terapi Perilaku Kognitif</i>	<i>Anxiety Kecemasan</i>

## 4. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Tabel 3. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria Inklusi	a) Artikel/ sumber informasi terbit tahun 2016-2021 b) Artikel teks lengkap ( <i>full text</i> ) c) Artikel/ sumber informasi berbahasa Indonesia atau Inggris d) Original artikel penelitian bukan <i>literature review</i> e) Jurnal memuat tentang <i>Terapi Perilaku Kognitive (CBT) untuk Kecemasan</i> f) Intervensi yang dilakukan terkait dengan <i>Terapi Perilaku Kognitif (CBT)</i>
Kriteria Eksklusi	a) Laporan penelitian dalam bentuk monograf skripsi b) Artikel/ sumber informasi terbit > 5 tahun

Setelah dilakukan seleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi selanjutnya diekstraksi dalam bentuk skema seperti dibawah ini:



Gambar 1. Skema Penelitian Artikel Berdasarkan Kriteria Inklusi dan Eksklusi

## 5. Strategi Penelusuran Publikasi

### a) Strategi Pencarian Literatur

Ketersediaan waktu melakukan *rapid review* akan secara signifikan mempengaruhi sejauh mana pencarian komprehensif dilakukan untuk semua bukti yang tersedia (Dobbins, 2017). Strategi pencarian literatur menggunakan *database* yang dikembangkan dari pertanyaan penelitian (Pham, et al., 2014).

Tabel 4. Strategi Pencarian pada Data Based

Strategi Pencarian pada Data Based
Langkah pencarian artikel melalui databased
1. <i>Cognitive Behaviour Teraphy/ Terapi Perilaku Kognitif</i>
2. <i>Ansietas/ Kecemasan</i>
3. <i>Diabetes</i>
4. <i>Terapi Perilaku Kognitif</i>
5. <i>Kecemasan</i>
6. #1 AND #2
7. #2 AND #3
8. #4 AND #5

## b) Pemilihan Artikel

Proses skrining digunakan untuk menilai relevansi penelitian yang diidentifikasi dalam pencarian. Penelitian yang memenuhi syarat akan dimasukkan jika memang secara luas menggambarkan penggunaan metodologi sesuai dengan lingkup yang diinginkan untuk diidentifikasi dan mengkarakterisasi literatur atau bukti berdasarkan topik yang luas (Pham, et al., 2014).

Pencarian jurnal dan sumber informasi menggunakan database Google Scholar, pubmed, dan JKI yang diakses secara online sesuai dengan langkah pencarian artikel dengan memasukkan padanan kata dari *keyword* 4 dan 5 yaitu gabungan antara *keyword* 1 dan 2, *keyword*

2 dan 3, *Keyword* 4 dan 5 “*Cognitive Behaviour Teraphy, Ansietas, Diabetes, Terapi perilaku Kognitif, AND Kecemasan*” yaitu menggunakan “*Cognitive Behaviour Teraphy Ansietas*”, “*Ansietas Diabetes*”, dan “*Terapi Perilaku Kognitif Kecemasan*” dengan *LIMIT publication date* 2016-2021.

### **C. Merangkum dalam Tabel Ringkasan Pustaka**

Artikel yang sudah masuk dalam kriteria inklusi yang dianalisa dan disintesis kemudian akan dirangkum dalam bab selanjutnya dalam bentuk tabel ringkasan pustaka. Rangkuman artikel terdiri dari judul penelitian, nama peneliti, tahun penelitin dan tempat publikasi artikel, besar sampel, metode penelitian, alat yang digunakan selama penelitian, hasil dan kesimpulan penelitian lengkap dengan nilai serta signifikannya. Kemudian tabel rangkuman hasil penelitiannya, diharapkan akan ditemukan sebuah kesimpulan yang dapat dijadikan dasar dalam melakukan pembahasan.

### **D. Analisis dan Sintesis**

Analisis dan sintesis dalam penelitian ini menggunakan metode naratif. Pada bagian ini peneliti menggunakan pola pikir induktif (dari khusus ke umum) dan deduktif (dari umum ke khusus). Analisis yang dilakukan dalam penelitian ini berupa menguraikan permasalahan yang ditemukan serta membuat perbandingan-perbandingan antara satu sumber bacaan dengan sumber bacaan lainnya. Selain itu peneliti juga mengulas kelemahan dan

kelebihan yang ditemukan dalam sumber-sumber bacaan, serta menjelaskan manfaat yang bisa dipetik dari sumber tulisan yang ada. Hasil dari perbandingan tersebut kemudian disatukan menjadi suatu kesatuan yang utuh dan menyeluruh. Cara untuk menganalisis permasalahan dalam sumber bacaan penelitian ini ditulis secara singkat dan padat.

Sedangkan dalam sintesis peneliti mengemukakan ide atau gagasan baru untuk memecahkan masalah yang ditemukan. Peneliti memberikan komentar, membahas, atau bentuk lainnya secara argumentative yang luas. Hasil sintesis ini pada dasarnya adalah berupa data, fakta atau informasi, atau ide baru, yang belum pernah ditulis oleh peneliti lainnya tidak hanya sekedar mengumpulkan informasi saja.

#### **E. Penyusunan Laporan**

1. Membaca, menganalisis artikel dan menentukan tema yang didapatkan dalam artikel tersebut.
2. Melakukan konsultasi dengan pembimbing untuk hasil review literatur.
3. Melakukan seminar hasil laporan review literatur.
4. Melakukan perbaikan hasil laporan review literatur.
5. Mengumpulkan hasil laporan review literature

### BAB III

#### RINGKASAN PUSTAKA

Untuk mencari artikel, penulis melakukan pencarian menggunakan kata kunci yang telah disusun. Setelah dilakukan seleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi terdapat 5 artikel kemudian dianalisis. Dibawah ini merupakan 5 daftar artikel yang di ekstraksi dalam bentuk tabel:

Tabel 3.1 Ringkasan Pustaka

Studi/Penulis	Tempat Penelitian	Besarnya sampel	Rentang usia	Kelompok		Metode penelitian/ alat ukur	Outcome
				Intervensi	Kontrol		
Efektivitas Psikoedukasi Keluarga Pada Caregiver Pasien Ulkus Diabetes Melitus Dalam Menurunkan Tingkat Ansietas	Indonesia	30 caregiver yang terbagi dalam kelompok perlakuan dan kelompok kontrol	Rentang usia sampel dari remaja hingga manula tahun dimana rata-rata usia sampel berada pada usia dewasa hingga dewasa akhir	Kelompok diberikan intervensi Psikoedukasi keluarga	Kelompok tidak diberikan intervensi	Quasy Experiment pre-post test with control group design	Terdapat penurunan ansietas yang bermakna pada keluarga dalam merawat penderita Ulkus Diabetes Mellitus sebelum dan sesudah dilakukan psikoedukasi keluarga
Pengaruh Cognitive Behaviour Therapy Terhadap Derajat Depresi Dan Aktivitas Perawatan Diri Pada Pasien Diabetes	Indonesia	34 sample dalam kelompok perlakuan dan kelompok kontrol	Rentang usia sample dari umur 18 –60 tahun	Kelompok diberikan intervensi CBT	Kelompok tidak diberikan intervensi	Randomized controlled trial(RCT)	CBT efektif untuk menurunkan derajat depresi dan meningkatkan aktivitas perawatan pasien DM

Pengaruh Psikoedukasi Keluarga Terhadap Ansietas Dan Depresi Keluarga Yang Mempunyai Anak Dengan Autis Di Sekolah Khusus Autis	Indonesia	20 sample dalam kelompok perlakuan	Rentang usia sample dari umur 29 –59 tahun	Kelompok diberikan intervensi psikoedukasi keluarga	-	pre post test without control group	setelah diberikan psikoedukasi keluarga tingkat ansietas menurun menjadi 10 dalam kategori depresi ringan dengan selisih 2 (p value < $\alpha$ )
Pengaruh Terapi Kognitif Dan Psikoedukasi Keluarga Terhadap Tingkat Ansietas Klien Kanker	Indonesia	70 sample dalam kelompok perlakuan dan kelompok kontrol	Rentang usia sample dewasa dari 26-45 tahun	Kelompok diberikan intervensi psikoedukasi keluarga	Kelompok diberikan intervensi keperawatan Ners	quasi eksperimental pre-post test with control group	Terapi kognitif dan psikoedukasi keluarga dapat menurunkan ansietas klien kanker.
Pengaruh Terapi Perilaku Kognitif Terhadap Perilaku Merokok Dan Kecemasan Kepala Keluarga	Indonesia	80 sample dalam kelompok perlakuan dan kelompok kontrol	Rentang usia sample dari umur 23 –48 tahun	Kelompok diberikan intervensi CBT	Kelompok tidak diberikan intervensi	quasi-experimental nonequivalent control group pretest-posttest design	CBT dapat secara efektif mengubah kebiasaan merokok sekaligus mengurangi kecemasan

## **BAB IV**

### **ANALISIS DAN SINTESIS**

Pemilihan artikel yang digunakan untuk literatur review dipengaruhi oleh beberapa kriteria yang sudah ditentukan. Artikel yang didapat berjumlah 5 artikel sesuai dengan yang ada di ringkasan pustaka, semua artikel tersebut membahas tentang Pengaruh Terapi CBT Terhadap Tingkat Ansietas Pada Penderita Diabetes Melitus.

Penelitian yang dilakukan oleh Dzil Khamalah, dkk (2016) yaitu meneliti tentang "Efektivitas Psikoedukasi Keluarga Pada Caregiver Pasien Ulkus Diabetes Melitus Dalam Menurunkan Tingkat Ansietas", dalam penelitian ini membahas tentang manfaat jika melakukan Psikoedukasi pada keluarga yang sedang merawat penderita ulkus diabetes dengan kecemasan, hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ansietas sebelum dilakukan perlakuan psikoedukasi keluarga(rata –rata) adalah 64,67 termasuk ansietas sedang, sedangkan rata –rata skor ansietas setelah diberi perlakuan adalah 28,73 termasuk tidak ansietas. Keunggulan penelitian oleh Dzil Khamalah, dkk (2016) yaitu menggunakan 2 variabel untuk penelitiannya. Peneliti juga sudah menampilkan berbagai jurnal/ artikel yang dapat mendukung hasil penelitiannya, didalam penelitian sudah mencantumkan berbagai karakteristik responden penelitian, serta peneliti sudah mencantumkan tabel frekuensi dan analisis sehingga hasil penelitian dapat lebih mudah untuk dipahami. Peneliti juga sudah mencantumkan kesimpulan dan daftar pustaka yang digunakan untuk mendukung penelitian. Sedangkan kekurangan pada penelitian ini yaitu peneliti

tidak menjabarkan secara rinci usia responden yang diteliti dan penelitian ini yaitu peneliti tidak menyertakan saran untuk pihak terkait.

Penelitian yang dilakukan oleh Ellya Qolina, dkk (2017) yaitu penelitian tentang “Pengaruh Psikoedukasi Keluarga Terhadap Ansietas Dan Depresi Keluarga Yang Mempunyai Anak Dengan Autis Di Sekolah Khusus Autis”, dalam penelitian ini membahas tentang pengaruh dari psikoedukasi pada orang tua yang anaknya mengalami kelainan autis, hasil dari penelitiannya menunjukan bahwa ansietas dan depresi responden sebelum dan sesudah intervensi mengalami perubahan secara bermakna ( $p \text{ veleu } \leq \alpha$ ) pada ansietas 15 menjadi 9 dengan selisih nilai median 6. Sedangkan skor depresi sebelum dan sesudah dilakukan psikoedukasi dengan skor 12 menjadi 10 dengan selisih nilai median 2 ( $p \text{ veleu } \leq \alpha$ ). Keunggulan penelitian oleh Ellya Qolina, dkk (2017) yaitu menggunakan 2 variabel untuk penelitiannya. Peneliti juga sudah menampilkan berbagai jurnal/ artikel yang dapat mendukung hasil penelitiannya, didalam penelitian sudah mencantumkan berbagai karakteristik responden penelitian, serta peneliti sudah mencantumkan tabel frekuensi dan analisis sehingga hasil penelitian dapat lebih mudah untuk dipahami. Peneliti juga sudah mencantumkan kesimpulan dan daftar pustaka yang digunakan untuk mendukung penelitian. Sedangkan kekurangan pada penelitian ini yaitu peneliti menggunakan kelompok control untuk menjadi tolak ukur sehingga perbedaan intervensi dan dengan tidak di intervensi kurang terlihat.

Penelitian yang dilakukan oleh Madepan Mulia (2021) yaitu penelitian tentang “Pengaruh Terapi Kognitif dan Psikoedukasi Keluarga Terhadap Tingkat

Ansietas Klien Kanker” dalam penelitian ini membahas tentang pengaruh kedua intervensi yaitu Terapi Kognitif dan Psikoedukasi kepada keluarga yang merawat penderita kanker, hasil dari penelitiannya menunjukkan terapi kognitif dan psikoedukasi keluarga dari 19,01 menjadi 8,69 dengan selisih 10,32 dan berubah menjadi kategori ansietas ringan dan hasil analisis menunjukkan penurunan skor ansietas setelah dilakukannya intervensi ( $p$  value  $< 0,05$ ). Keunggulan penelitian oleh Madepan Mulia (2021) yaitu menggunakan 2 variabel untuk penelitiannya. Peneliti juga sudah menampilkan berbagai jurnal/ artikel yang dapat mendukung hasil penelitiannya, didalam penelitian sudah mencantumkan berbagai karakteristik responden penelitian, serta peneliti sudah mencantumkan tabel frekuensi dan analisis sehingga hasil penelitian dapat lebih mudah untuk dipahami. Peneliti juga sudah mencantumkan kesimpulan dan daftar pustaka yang digunakan untuk mendukung penelitian. Sedangkan kekurangan pada penelitian ini yaitu peneliti tidak menyertakan saran untuk pihak terkait.

Penelitian-penelitian yang dilakukan tersebut memiliki kesamaan intervensi yang dilakukan yaitu Psikoedukasi pada keluarga, intervensi tersebut berhubungan dengan intervensi Terapi Perilaku Kognitif (CBT), dimana intervensi tersebut sama-sama menggunakan Teknik komunikasi dan pengambilan keputusan yang tepat untuk masalah yang dihadapi yaitu ansietas/kecemasan. Namun tidak semua dari penelitian tersebut menggunakan responden yang mengalami masalah Kesehatan Diabetes Militus.

Penelitian yang dilakukan oleh Giur Hargiana (2018) yaitu penelitian tentang “The Effects of Cognitive Behavioral Therapy on Smoking Behavior and

Anxiety in Heads of Family” dalam penelitian ini membahas tentang pengaruh CBT terhadap kepala keluarga yang mengalami ansietas saat berhenti merokok, hasil dari penelitiannya menunjukkan adanya perubahan tingkat kecemasan terkait penghentian merokok sebelum dan sesudah intervensi CBT, dimana hasil menunjukkan penurunan yang signifikan ( $p \leq 0,05$ ). Keunggulan penelitian oleh Giur Hargiana (2018) yaitu menggunakan 2 variabel untuk penelitiannya. Peneliti juga sudah menampilkan berbagai jurnal/ artikel yang dapat mendukung hasil penelitiannya, didalam penelitian sudah mencantumkan berbagai karakteristik responden penelitian, serta peneliti sudah mencantumkan tabel frekuensi dan analisis sehingga hasil penelitian dapat lebih mudah untuk dipahami. Peneliti juga sudah mencantumkan kesimpulan dan daftar pustaka yang digunakan untuk mendukung penelitian. Sedangkan kekurangan pada penelitian ini yaitu peneliti tidak menyertakan saran untuk pihak terkait.

Penelitian yang dilakukan oleh Setyaningrum, dkk (2018) yaitu penelitian tentang “Pengaruh Cognitive Behaviour Therapy Terhadap Derajat Depresi dan Aktivitas Perawatan Diri Pada Pasien Diabetes” dalam penelitian ini membahas tentang pengaruh dari CBT terhadap pasien yang mengalami depresi akibat diabetes, hasil dari penelitiannya menunjukkan bahwa CBT efektif untuk menurunkan derajat depresi dan meningkatkan aktivitas perawatan pasien DM tipe-2. Keunggulan penelitian oleh Setyaningrum, dkk (2018) yaitu menggunakan 2 variabel untuk penelitiannya. Peneliti juga sudah menampilkan berbagai jurnal/ artikel yang dapat mendukung hasil penelitiannya, didalam penelitian sudah mencantumkan berbagai karakteristik responden penelitian, serta peneliti sudah

mencantumkan tabel frekuensi dan analisis sehingga hasil penelitian dapat lebih mudah untuk dipahami. Peneliti juga sudah mencantumkan kesimpulan dan daftar pustaka yang digunakan untuk mendukung penelitian. Sedangkan kekurangan pada penelitian ini yaitu penggunaan variable yang berbeda dari penulis dan peneliti tidak menyertakan saran untuk pihak terkait

Penelitian tersebut memiliki kesamaan intervensi yang dilakukan yaitu CBT dengan penanganan masalah keperawatan yang berbeda, penelitian Setyaningrum, dkk (2018) menggunakan variabel depresi. Review dari ke lima jurnal tersebut melibatkan intervensi Psikologis yaitu “Psikoedukasi” dan “Cognitive Behaviour Teraphy” dimana kedua intervensi tersebut mengacu pada bagaimana respon seorang individu terhadap stimulus yang terjadi sehingga menghasilkan efek dari masalah yang di alami, hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Suryani (2016) yang mengatakan Psikoedukasi adalah pendidikan kesehatan pada pasien baik yang mengalami penyakit fisik maupun gangguan jiwa yang bertujuan untuk mengatasi masalah psikologis yang dialami mereka. Sedangkan penelitian dari Rector (2010) mengatakan CBT membantu klien melihat bagaimana mereka menginterpretasi dan mengevaluasi apa yang terjadi saat ini di sekitar mereka dan dampak dari persepsinya tersebut pada pengalaman emosional mereka.

Selain itu, hasil riviw dari kelima jurnal tersebut menyebutkan bahwa penanganan psikologis individu dapat menurunkan tingkat kecemasan/anxiety dengan mengubah pola pikir seseorang, namun tidak semua menggunakan masalah kecemasan/anxiety dalam penelitiannya, salah satunya menginterpretasikan terapi pada gangguan depresi yang dimana hasil dari penelitian tersebut juga menyatakan

bahwa terjadi penurunan derajat depresi setelah dilakukannya intervensi. Dalam beberapa literatur, penurunan tingkat depresi juga dapat menurunkan gejala kecemasan, seperti penelitian yang dilakukan oleh Rosello & Chafey (2006) menyimpulkan kelompok pasien diabetes tipe 1 dengan depresi yang diberikan CBT, memberikan hasil penurunan gejala depresi, peningkatan konsep diri dan perawatan diri diabetes, serta penurunan gejala kecemasan. Didapatkan juga peningkatan kesehatan secara menyeluruh, namun penelitian ini tidak menemukan ada perubahan yang signifikan dalam kontrol glikemik.

Penanganan psikologi individu dengan menerapkan metode *Cognitive Behaviour Therapy* mampu menurunkan gejala kecemasan yang timbul akibat masalah yang dialami dan dapat diterapkan pada individu yang menderita Diabetes Militus dengan kecemasan. Hal ini berkaitan dengan pernyataan Junaidi (2019) yang menyatakan individu yang mengalami kecemasan dan diberikan Cognitive Behavior Therapy diharapkan terjadi perubahan pada proses berpikirnya, dari kondisinya yang negatif menjadi positif, dari pola pemikiran yang sempit menjadi luas, bahwa ada sesuatu yang positif dengan dirinya, lingkungannya dan masa depannya yang dapat dilalui tanpa harus menyalahkan diri, lingkungan dan dunia.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Hasil dari penelitian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa Terapi CBT memiliki pengaruh terhadap tingkat kecemasan dan menimbulkan efek penurunan tingkat kecemasan, sehingga metode ini efektif dan dapat diterapkan pada pasien diabetes yang mengalami kecemasan.

#### **B. Saran**

##### **1. Perawat**

Intervensi CBT ini hendaknya dapat menjadi intervensi yang dilakukan kepada pasien diabetes yang memiliki masalah kecemasan.

##### **2. Pasien**

Intervensi CBT ini diharapkan dapat dilakukan pasien Diabetes yang mengalami kecemasan secara teratur dengan bantuan tenaga Kesehatan agar kecemasan dapat diatasi.

##### **3. Peneliti selanjutnya**

Untuk peneliti selanjutnya agar dapat melanjutkan penelitian Terapi CBT untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien diabetes dengan menambahkan referensi terbaru literatur terkait.

## DAFTAR PUSTAKA

- American Diabetes Association (ADA). 2018. American Diabetes Association (ADA) 2018. "Foot Care Standards of Medical Care in Diabetes-2018".
- Andersohn, F., Schade, R., Suissa, S., and Garbe, E. 2009. Long-term use of antidepressants for depressive disorders and the risk of diabetes mellitus. *Am J Psychiatry* 166: 591–598.
- Arjadi, R. 2012. Terapi kognitif-perilaku untuk menangani depresi pada lanjut usia. Skripsi tidak dipublikasikan. Jakarta: Fakultas Psiko-logi UI.
- Ayu Putri. 2019. "Gambaran Perilaku Perawatan Kaki Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di RS Tingkat III Baladhika Husada Jember". Skripsi. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Jember.
- Derek, M., Rottie, J., & Kallo, V. 2017. Hubungan Tingkat Stres Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii Di Rumah Sakit Pancaran Kasih Gmim Manado. *Jurnal Keperawatan*, 5(1): 1–6
- Direja, A. H. S. 2011. Buku Ajar Asuhan Keperawatan Jiwa. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kamalah, D. A., Kristianto, H., Ahsan. 2016. Efektivitas Psikoedukasi Keluarga Pada Caregiver Pasien Ulkus Diabetes Melitus Dalam Menurunkan Tingkat Ansietas. Malang: FK Universitas Brawijaya. *Jurnal Ilmu Keperawatan Vol. 4 No. 2 Tahun 2016*; 85-98.
- Grebb, J. A., Kaplan, H. I., & Sadock, B. J. 2010. Sinopsis Psikiatri ilmu pengetahuan perilaku psikiatri klinis jilid dua. Tangerang. Binarupa Aksara.
- Hargiana, Keliat, G., Anna, B., Mustikasari. 2018. The Effects of Cognitive Behavioral Therapy on Smoking Behavior and Anxiety in Heads of Family. Depok: FKUI. *Jurnal Keperawatan Indonesia Vol. 21 No. 2 Tahun 2018*; 117-126.
- Junaidi. 2019. Pengaruh Cognitive Behavior Therapy Dalam Menurunkan Anxiety Sebagai Upaya Optimalisasi Fungsi Mental Pasien Kanker Serviks. Lampung : UML. *Jopurnal of Psychology Vol. 2 No. 2 Tahun 2019*; 135-146.

- Kodakandla, K., Maddela, G., Pasha, M., & Vallepalli, R. 2016. A cross sectional study on prevalence and factors influencing anxiety and depression among patients with type II diabetes mellitus. *International Journal of Research in Medical Sciences*, 4(7): 2542–2547
- Mulia Madepan. 2021. Pengaruh Terapi Kognitif dan Psikoedukasi Keluarga Terhadap Tingkat Ansietas Klien Kanker. Lampung: STIKes Panca Bhakti. *Jurnal Ilmiah Keperawatan VOL. 7 No. 1 Tahun 2021*; 158-162.
- Newman, C.F. and Beck A.T. 2009. Cognitive therapy. in: Sadock, B.J., Sadock, V.A., Ruiz P. (Editors). *Kaplan & Sadock's comprehensive textbook of psychiatry*. 9th Edition. Volume II. Lippincott Williams & Wilkins.
- Qolina Ellya, et al. 2017. Pengaruh Psikoedukasi Keluarga Terhadap Ansietas Dan Depresi Keluarga Yang Mempunyai Anak Dengan Autis Di Sekolah Khusus Autis Harapan Utama Ananda. Depok: FIK UI. *Jurnal JKFT Vol. 2 Tahun 2017*; 90-97.
- Rosselló, J.M. and Chafey, M.I.J. 2006. Cognitive-behavioral group therapy for depression in adolescents with diabetes: a pilot study. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology* 40 (2): 219-226.
- Setyaningrum, R. H., et al. 2018. Pengaruh Cognitive Behaviour Therapy Terhadap Derajat Depresi dan Aktivitas Perawatan Diri Pada Pasien Diabetes. Surakarta: FKU Sebelas Maret. *Mandala of Health Vol .11 No. 1 Tahun 2018*; 31-43.
- Suryani, Efri Widiati, Taty Hernawati, Aat Sriati. 2016. Psikoedukasi Menurunkan Tingkat Depresi, Stres Dan Kecemasan Pada Pasien Tuberkulosis Paru. Sumedang: FK UNPAD. *Jurnal Ners Vol. 11 No. 1 Tahun 2016*: 128-133.
- Van Tilburg, M.A.L., Georgiades A. and Surwit, R.S. 2008. Depression in type 2 diabetes. In: Feinglos, M.N., Bethel, M. A. *Type 2 diabetes mellitus: an evidence-based approach to practical management*. Duke University Medical Center. Humana Press. Durham. USA.

# LAMPIRAN

## Lampiran 1

### EFEKTIVITAS PSIKOEDUKASI KELUARGA PADA *CAREGIVER* PASIEN ULKUSDIABETES MELITUS DALAM MENURUNKAN TINGKAT ANSIETAS.

*Aisyah Dzil Kamalah<sup>1</sup>, Ahsan<sup>2</sup>, Heri Kristianto<sup>3</sup>*

<sup>1</sup>*STIKes Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan*

<sup>2,3</sup>*Pengajar Program Magister Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya*

#### ABSTRAK

Ulkus diabetes mellitus merupakan komplikasi dari penyakit diabetes mellitus yang membutuhkan waktu penyembuhan yang lama dan biaya yang tidak sedikit. Kondisi pasien yang tidak stabil secara fisik maupun emosional bisa memperlama penyembuhan. Hal ini menyebabkan masalah psikososial seperti cemas pada care giver yang merawat pasien. Cemas dapat mempengaruhi keluarga dalam merawat pasien ulkus DM. Umumnya pasien dan keluarga hanya mendapatkan pendidikan kesehatan terkait penyakit yang diderita pasien. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas psikoedukasi keluarga dalam menurunkan ansietas pada *caregiver* dalam merawat pasien ulkus DM. Desain penelitian ini adalah *quasi experimental pre-post test with control group*. Cara pengambilan sampel dengan *purposive smpling*. Jumlah sampel sebanyak 30 *caregiver* yang terbagi dalam kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. instrumen yang digunakan adalah Zung Self Anxiety Scale (ZSAS) untuk mengukur ansietas. Psikoedukasi keluarga dilakukan dalam 5 sesi. Hasil penelitian menunjukkan p value  $(0,000) < \alpha (0,05)$ . Psikoedukasi efektif dalam menurunkan ansietas. Psikoedukasi dapat menjadi intervensi lanjut bagi keluarga pasien ulkus diabetesmellitus.

**Kata Kunci :** Ansietas, Caregiver pasien ulkus Diabetes Mellitus, Psikoedukasi Keluarga

## Lampiran 2

### **PENGARUH *COGNITIVE BEHAVIOUR THERAPY* TERHADAP DERAJAT DEPRESI DAN AKTIVITAS PERAWATAN DIRI PADA PASIEN DIABETES MELLITUS (DM) TIPE 2**

**Rohmaningtyas Hidayah Setyaningrum<sup>1\*</sup>, Aris Sudiyanto<sup>1</sup>, Muhammad  
Fanani<sup>1</sup>, Nanang Wiyono<sup>2</sup>**

*1 SMF Psikiatri Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret/RS dr Moewardi  
Surakarta, Indonesia*

*2 Sub Bagian Neurobiologi, Bagian Anatomi Fakultas Kedokteran Universitas  
Sebelas Maret Surakarta, Indonesia*

#### **ABSTRAK**

Pemberian psikoterapi telah terbukti berhasil untuk pasien depresi yang menderita penyakit medis kronik. Psikoterapi kognitif perilaku didasarkan atas konsep bahwa perubahan dalam struktur kognitif akan mengubah kondisi emosi serta perilaku pasien. Sehingga diharapkan dengan membaiknya depresi maka akan memperbaiki perilaku pasien dalam hal ini aktivitas perawatan diri diabetesnya. Penelitian ini untuk mengetahui keefektifan *Cognitive Behaviour Therapy (CBT)* dalam menurunkan derajat depresi dan meningkatkan aktivitas perawatan diri pada pasien Diabetes Mellitus tipe-2 di Rumah Sakit Dr. Moewardi Surakarta. Penelitian ini menggunakan metode eksperimental dengan rancangan *randomized controlled trial pre and post design*. Jumlah subjek 34 pasien, dibagi dua kelompok yaitu perlakuan dan kontrol. Subjek adalah pasien 34 pasien Diabetes Mellitus tipe-2 di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Dr. Moewardi Surakarta dengan kadar GDP  $\geq 100$  mg/dL, GD2PP  $\geq 140$  mg/dL, umur 18 – 60 tahun, pendidikan minimal SMP, skor BDI  $\geq 10$ , dan kriteria eksklusi apabila mengalami komplikasi dan atau menderita penyakit fisik medis yang berat, gangguan mental berat (psikotik), retardasi mental, atau demensia, gangguan berat dalam berkomunikasi (kesulitan bahasa, tuli), gangguan kognitif yang berat atau ketidakmampuan intelektual, yang ditunjukkan dari penilaian MMSE  $< 25$ , dan skor L-MMPI  $\leq$

1. Depresi dievaluasi menggunakan *Beck Depression Inventory*, aktivitas perawatan diri diabetes menggunakan *The Summary of Diabetes Self-Care Activities*. Uji statistik menggunakan uji t tidak berpasangan dan uji Mann Whitney, dipakai untuk signifikansi perbedaan variabel dengan tingkat kemaknaan 5%. Subjek yang mendapat *CBT* secara signifikan ( $p < 0,05$ ) didapatkan penurunan skor depresi ( $5,76 \pm 3,58$ ) dibandingkan kelompok yang tidak mendapat *CBT* ( $2,76 \pm 1,56$ ) sedangkan subjek yang mendapat *CBT* secara sangat signifikan ( $p < 0,01$ ) mengalami peningkatan aktivitas perawatan diri diabetes ( $15,35 \pm 7,78$ ) dibandingkan kelompok

yang tidak mendapat *CBT* ( $3,00 \pm 2,78$ ), sehingga disimpulkan *CBT* efektif menurunkan derajat depresi dan meningkatkan aktivitas perawatan diri pada pasien diabetes mellitus tipe-2.

**Kata kunci** : aktivitas perawatan diri diabetes, cognitive behaviour therapy, depresi

### Lampiran 3

## PENGARUH PSIKOEDUKASI KELUARGA TERHADAP ANSIETAS DAN DEPRESI KELUARGA YANG MEMPUNYAI ANAK DENGAN AUTIS DI SEKOLAH KHUSUS AUTIS HARAPAN UTAMA ANANDA DEPOK

Ellya Qolina<sup>1</sup>, Achir Yani S Hamid<sup>2</sup> dan Ice Yulia Wardani<sup>3</sup>

1. Mahasiswa Magister Ilmu Keperawatan Peminatan Keperawatan Jiwa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia, Kampus FIK UI, Jl. Prof. Dr. Bahder Djohan, Depok, Jawa Barat-16424
2. Kelompok Keilmuan Keperawatan Jiwa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia

### ABSTRAK

Mekanisme coping maladaptif sering terjadi pada orang tua yang mempunyai anak autis. Hal tersebut menyebabkan dampak psikologis seperti ansietas dan depresi pada keluarga terutama orang tua. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh psikoedukasi keluarga terhadap ansietas dan depresi pada keluarga yang mempunyai anak autis. Desain penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen *pre post test without control group*. Sebanyak 21 orang tua yang mempunyai anak autis di Sekolah Khusus Autis Harapan Utama Depok diambil sebagai responden penelitian dengan metode *total sampling*. Variabel dianalisis dengan *wilcoxon*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa psikoedukasi keluarga secara signifikan menurunkan ansietas dan depresi responden dengan nilai  $p < 0,000$  ( $< 0,05$ ). Hasil penelitian ini merekomendasikan perawat jiwa komunitas untuk memberikan psikoedukasi keluarga pada keluarga yang mempunyai anak autis untuk meningkatkan coping adaptif sehingga dapat secara mandiri mencegah atau menurunkan ansietas dan depresi.

**Kata kunci** : Psikoedukasi, keluarga dengan anak autis, ansietas, depresi

## Lampiran 4

### PENGARUH TERAPI KOGNITIF DAN PSIKOEDUKASI KELUARGA TERHADAP TINGKAT ANSIETAS KLIEN KANKER

**Madepan Mulia**

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panca Bhakti Bandar Lampung

#### Abstrak

**Pendahuluan:** Kanker adalah sekumpulan penyakit yang ditandai tidak terkendalinya penyebaran dan pertumbuhan sel-sel abnormal yang mengakibatkan kematian. Dampak fisiologis yang diakibatkan oleh penyakit kanker akan mempengaruhi kondisi psikis seseorang sehingga menimbulkan masalah psikososial. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh terapi kognitif dan psikoedukasi keluarga terhadap tingkat ansietas klien kanker di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Dr. Hi. Abdul Moeloek Provinsi Lampung. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain *quasi eksperimental pre-post test with control group* dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah 109 klien kanker dengan jumlah sampel tiap kelompok sebanyak 35 orang. Instrumen yang digunakan adalah *Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A)*, dianalisis dengan uji repeated ANOVA dan independent t-test. **Hasil:** Hasil penelitiannya adalah ansietas klien kanker menurun secara bermakna dengan p value 0,000 ( $p \text{ value} < 0,05$ ) setelah mendapatkan tindakan keperawatan ners, namun setelah diberikan terapi kognitif dan psikoedukasi keluarga menurun lebih besar daripada setelah mendapatkan tindakan keperawatan ners. **Kesimpulan:** Implikasi penelitian ini adalah terapi kognitif dan psikoedukasi keluarga menurunkan tingkat ansietas klien kanker, sehingga rumah sakit dapat menambahkan intervensi terkait masalah psikososial terutama pada klien kanker yang mengalami ansietas di RSUD Dr. Hi. Abdul Moeloek Provinsi Lampung.

Kata Kunci: Klien kanker, ansietas, terapi kognitif, psikoedukasi keluarga

**Lampiran 5****THE EFFECT OF COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY  
ON HEADS OF FAMILIES' SMOKING BEHAVIOR AND  
ANXIETY**

Giur Hargiana\*, Budi Anna Keliat,  
Mustikasari

Faculty of Nursing Universitas  
Indonesia, Depok 16424, Indonesia

**Abstrak**

**Pengaruh Cognitive Behavior Therapy Terhadap Perilaku Merokok dan Ansietas pada Kepala Keluarga dengan Perilaku Merokok.** Indonesia sebagai penghasil rokok terbesar ke-5 dan memiliki jumlah perokok terbanyak ke-3 di Dunia, hal tersebut memunculkan masalah secara biologis, psikologis maupun sosial. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh dari *cognitive behavior therapy* terhadap perubahan perilaku merokok dan ansietas. Metode penelitian menggunakan desain *quasi experiment non-equivalent control group pre-test-post test*. Sampel pengambilan secara proporsional random dengan jumlah 80 responden. Pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner kemudian responden dilakukan tindakan *cognitive behavior therapy* dengan lima kali pertemuan. Hasil penelitian menunjukkan penurunan perilaku merokok dan ansietas secara bermakna ( $p < 0,05$ ) pada kelompok intervensi. Penurunan perilaku merokok, tingkat ketergantungan nikotin dan ansietas kepala keluarga dengan perilaku merokok yang mendapatkan *cognitive behavior therapy* lebih besar secara bermakna ( $p < 0,05$ ) dibandingkan dengan yang tidak mendapatkan *cognitive behavior therapy*. Penurunan perilaku merokok dan ansietas berhubungan secara bermakna ( $p < 0,05$ ). Direkomendasikan untuk menerapkan *cognitive behavior therapy* perokok oleh perawat yang mempunyai kompetensi.

**Kata Kunci:** ansietas, perilaku merokok, cognitive behavior therapy