

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 ($p \text{ value} \leq \alpha$) 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 ($p \text{ value} \leq \alpha$). 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 riview 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.