

PENGARUH COGNITIVE BEHAVIOUR THERAPY TERHADAP SELF EFFICACY DAN RESPON BIOLOGIS PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2

Effect Of Cognitive Behaviour Therapy To Self Efficacy And Biological Responses In Patient With Type 2 Diabetes Mellitus

Theresia Anita Pramesti¹, Kusnanto², Yulis Setya Dewi²

STIKes Wira Medika PPNI Bali¹

Universitas Airlangga Surabaya²

ABSTRAK

Pendahuluan: Komplikasi pada penderita Diabetes mellitus (DM) terjadi karena gula darah yang tidak terkontrol dalam waktu yang lama dan adanya penurunan daya tahan tubuh sehingga mengakibatkan gangguan metabolik akut, komplikasi vaskuler, juga meningkatkan resiko infeksi. Stres menjadi salah satu faktor yang sering muncul pada penderita diabetes. *Cognitive behaviour therapy* (CBT) merupakan terapi kognitif yang digunakan untuk merubah persepsi kognisi yang salah, memodifikasi perasaan dan perilaku pada penderita DM tipe 2 sehingga dapat mempengaruhi tingkat stres dan *self efficacy*. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan pengaruh CBT terhadap *Self Efficacy* dan respon biologis pada Pasien DM Tipe 2. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah *Quasi Experimental* dengan desain penelitian *pre-post test control group design*. Populasi pada penelitian ini adalah semua pasien diabetes mellitus tipe 2 yang tidak terkontrol di Poliklinik Rumah Sakit Kusta Sumberglagah Mojokerto. Sampel diambil menggunakan *purposive sampling* yang sesuai dengan kriteria inklusi terdiri dari 16 responden, dibagi menjadi 8 responden di kelompok perlakuan dan 8 orang di kelompok pembandingan. Variabel Bebas dalam penelitian ini adalah *Cognitive Behaviour Therapy*, variabel Tergantung adalah *self efficacy*, kadar gula darah 2 jam PP dan kadar kortisol. **Hasil:** Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan *independent t test*, untuk *self efficacy* didapatkan $p = 0,000$, untuk kadar kortisol didapatkan $p = 0,015$, dan untuk kadar gula darah 2 jam PP didapatkan $p = 0,810$. Kesimpulan yang dapat diambil bahwa pemberian *cognitive behaviour therapy* pada pasien DM tipe 2 dapat meningkatkan nilai *self efficacy* dan menurunkan kadar kortisol, namun tidak signifikan dalam menurunkan kadar gula darah 2 jam PP.

Kata kunci: *Cognitive Behaviour Therapy*, *Self Efficacy*, Kortisol, Gula Darah 2 Jam PP, Diabetes Mellitus Tipe 2

ABSTRACT

Introduction: Complications in people with diabetes mellitus (DM) occurs due to uncontrolled blood sugar for a long time and a decrease in immunity resulting in acute metabolic disorders, vascular complications, also increases the risk of infection. Stress is one factor that often occurs in people with diabetes. Cognitive behavior therapy (CBT) is a cognitive therapy which is used to change the wrong perception of cognition, modify feelings and behavior in patients with type 2 diabetes so can affect the level of stress and self efficacy. This study aim to clarify the effect of CBT on self efficacy and biological response in patients with type 2 DM. **Method:** The study was Quasi Experimental research design with pre-post test control group design. The population in this study were all uncontrolled patients with type 2 diabetes mellitus at the Polyclinic Leprosy Sumberglagah Hospital Mojokerto. Samples were taken using purposive sampling in accordance with inclusion criteria consisted of 16 respondents, divided into 8 samples in the treatment group and 8 samples in the comparison group. Independent Variables in this study is Cognitive Behavior Therapy, the dependent variables are self efficacy, 2 hours PP blood glucose and cortisol levels. **Result:** Based on the results of statistical tests using independent t test for self-efficacy obtained $p= 0.000$, cortisol levels obtained for $p=0.015$, and blood sugar levels 2 hours PP obtained $p=0.810$. it concludes that delivering cognitive behavior therapy in patients with type 2 diabetes can increase the value of self-efficacy and lowering cortisol levels, but not significant in lowering 2 hours PP blood sugar levels.

Keywords: *Cognitive Behaviour Therapy*, *Self Efficacy*, Cortisol, Blood Sugar 2 Hours PP, Type 2 Diabetes Mellitus

Alamat Korespondensi
E-mail

: Jl. Kecak No. 9A Gatot Subroto Timur, Denpasar-Bali 80239
: loly.frutcy@gmail.com