

PENGARUH TERAPI *COGNITIVE BEHAVIOUR* TERHADAP TINGKAT HARGA DIRI PADA PASIEN *HUMAN IMMUNODEFICIENCY VIRUS*

Eva Dwi Ramayanti*, Erik Irham Lutfi, Wiwin Sulistyawati

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kadiri, Pojok, Kec. Mojoroto, Kediri, Jawa Timur, Indonesia 64115
*rama.yanti71@yahoo.com

ABSTRAK

Human Immunodeficiency Virus merupakan virus yang menurunkan kekebalan tubuh manusia dengan cara membunuh atau merusak sel-sel yang berperan dalam kekebalan tubuh sehingga kemampuan tubuh untuk melawan infeksi menurun. Dari 30 penderita HIV di KDS Friendship Plus Kediri terdapat 100% mengalami penurunan harga diri. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terapi *cognitive behaviour* terhadap harga diri pada pasien HIV di KDS Friendship Plus Kediri. Desain penelitian yaitu *pre eksperimen one group pre test - post test design*. Populasi dalam penelitian ini adalah 32 responden yang diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling* diperoleh sampel 30. Analisa data menggunakan uji normalitas data *Shapiro-wilk* didapatkan nilai *p value* sebelum dan sesudah terapi mengalami peningkatan harga diri, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi *Cognitive Behaviour* terhadap harga diri pada penderita HIV. Berdasarkan uji *wilcoxon signed rank test* di dapatkan *p value* < 0,05 yang artinya ada pengaruh terapi *cognitive behaviour* terhadap harga diri pada penderita HIV di KDS Friendship Plus Kediri.

Kata kunci: harga diri; terapi *cognitive behavior*

EFFECT OF BEHAVIOUR COGNITIVE THERAPY ON SELF PRICING LEVELS IN HUMAN PATIENTS IMMUNODEFICIENCY VIRUS

ABSTRACT

Human Immunodeficiency Virus is a virus that lowers human immunity by killing or destroying cells that play a role in immunity so that the body's ability to fight infection decreases. Of the 30 HIV sufferers in KDS Friendship Plus Kediri, 100% experienced a decrease in self-esteem. The purpose of this study was to determine the effect of cognitive behavior therapy on self-esteem in HIV patients at KDS Friendship Plus Kediri. The research design was *pre-experimental one-group pre-test-post-test design*. The population in this study were 32 respondents who were taken using *purposive sampling* technique, obtained a sample of 30. Data analysis using the *Shapiro-Wilk* data normality test showed that the *p value* before and after therapy had increased self-esteem, so it could be concluded that there was an effect of *Cognitive Behavior* therapy on self-esteem in people with HIV. Based on the *Wilcoxon signed rank test*, *p value* <0.05, which means that there is an effect of *cognitive behavior* therapy on self-esteem in HIV sufferers at KDS Friendship Plus Kediri.

Keywords: *cognitive behavior therapy*; *self esteem*

PENDAHULUAN

Human Immunodeficiency Virus (HIV) merupakan virus yang memperlemah kekebalan tubuh manusia. HIV menyerang tubuh manusia dengan cara membunuh atau merusak sel-sel yang berperan dalam kekebalan tubuh sehingga kemampuan tubuh untuk melawan infeksi dan kanker menurun drastis (Sunaryati, 2011). Prevalensi penderita HIV/AIDS s.d. 31 Agustus 2017 Kota Kediri adalah 200 (Dinkes Kota Kediri, 2017). HIV kini menjadi ancaman serius bagi manusia di dunia. Prevalensi HIV di seluruh dunia terus mengalami peningkatan. Pasien dengan

penurunan imunitas seperti HIV rentan mengalami penyakit, resiko kecacatan dan kematian yang tinggi. Kondisi ini sedikit banyak akan mempengaruhi kondisi psikologis mereka. Banyak diantara pasien HIV akan rentan mengalami harga diri rendah (Deden, 2017). Pemberian stigma buruk dari masyarakat akan penularan dan kebiasaan buruk sebagai penyebab kejadian HIV membuat klien dengan HIV semakin rentan mengalami masalah psikologis (Spiritia, 2012).

Berdasarkan hasil survey awal pada 10 orang penderita HIV di dapatkan data 100% orang

mengalami harga diri rendah ditunjukkan dengan respon penderita HIV yaitu menarik diri, depresi, isolasi sosial. Hal ini menunjukkan banyaknya penderita HIV yang mengalami harga diri rendah. Dengan semakin rendah harga diri maka pasien HIV akan mengalami penurunan sistem imun dan begitu pula sebaliknya (Saefulloh, 2017). Dibutuhkan terapi terutama yang bersifat komplementer yang mampu meningkatkan harga diri pasien dengan HIV. Salah satunya dengan CBT (*cognitive behavior Terapi*). Terapi *cognitive behaviour* adalah psikoterapi berdasarkan atas kognisi, asumsi, kepercayaan, dan perilaku dengan tujuan mempengaruhi emosi yang terganggu (Wikipedia, 2008). Terapi *cognitive behaviour* lebih efektif dari pada kondisi tanpa pengobatan, dengan ukuran efek sedang (Van Straten, dkk, 2010).

Terapi *cognitive behaviour* berfokus pada kognisi yang dimodifikasi secara langsung, yaitu ketika individu mengubah pikiran maladaptifnya maka secara tidak langsung juga mengubah tingkah lakunya yang tampak (Spiegler & Guevremont, 2003). Terapi *cognitive behaviour* bertujuan membantu pasien merubah sistem keyakinan yang negative, irasional dan mengalami penyimpangan (distorsi) menjadi positif dan rasional sehingga secara bertahap mempunyai perilaku yang lebih sehat dan normal (Happle, 2004).

Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa terdapat perubahan harga diri baik dari aspek kognitif maupun perilaku yang signifikan terhadap harga diri. Sesudah dilakukan intervensi terapi *cognitive behaviour* klien GGK di unit hemodialisa khususnya pada klien yang mengalami gangguan psikososial (Bond & Dryden, 2002). Selain itu, evaluasi kualitatif juga menunjukkan peningkatan positif aspek kognitif, afektif, dan perilaku subjek penelitian. Oleh karena itu, terapi *cognitive behaviour* dikatakan efektif meningkatkan harga diri pada penyintas kekerasan dalam pacaran (Amaral, 2011). Pada hasil penelitian lain juga menunjukkan

bahwa intervensi terapi *cognitive behaviour* efektif meningkatkan harga diri pada mahasiswa yang mengalami distress psikologis. Hal ini terlihat dari peningkatan skor harga diri dan penurunan skor distress psikologis, penurunan emosi negative yang dirasakan dan perubahan perilaku dimana partisipan mengurangi perilaku menghindar (Della, 2010). Berdasarkan uraian latar belakang tersebut penting untuk dilakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi *cognitive behaviour* terhadap harga diri pada pasien HIV.

METODE

Penelitian menggunakan *pre eksperimen* dengan rancangan *one group pre test - post test design*. Populasi penelitian adalah penderita terbaru di KDS Friendship Plus yang berjumlah 32 orang. Sampel dalam penelitian ini 30 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah dengan menggunakan *purposive sampling*. Data dikumpulkan dengan lembar observasi. Analisa data dengan bantuan sistem komputerisasi dimana analisa univariat dengan menggunakan distribusi frekuensi dan analisa bivariat dengan menggunakan uji *Wilcoxon*.

HASIL

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar (60%) dari responden berjenis kelamin perempuan dengan rentang usia pertengahan (53%). Jenjang pendidikan sebagian besar (60%) menengah keatas dengan pekerjaan utama adalah swasta (53%). Hampir setengah (43%) dari responden janda/duda.

Tabel 2 menunjukkan bahwa seluruh (100%) dari responden sebelum diberikan terapi mengalami HDR (harga diri rendah). Namun setelah diberikan terapi mengalami peningkatan menjadi harga diri sedang. Dari hasil uji analisa bivariat diketahui pada $\alpha = 0,05$ diperoleh nilai P_v sebesar 0,000 sehingga disimpulkan H_0 ditolak dan H_1 diterima diinterpretasikan ada pengaruh terapi CBT terhadap harga diri pada pasien HIV.

Tabel 1.
 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin pada pasien HIV (n=30)

Jenis kelamin	f	%
Jenis kelamin:		
Laki-laki	12	40
Perempuan	18	60
Usia:		
Dewasa awal	12	40
Dewasa tenagh	16	53
Usia Lanjut	2	7
Pendidikan:		
SD	3	10
SMP	5	17
SMA	18	60
Diploma/Sarjana	4	13
Pekerjaan:		
Petani	6	23
Swata	17	57
Buruh	2	7
IRT	5	13
Status:		
Menikah	6	20
Janda /duda	13	43
Tiak menikah	11	37

Tabel 2.
 Distribusi harga diri sebelum dan setelah diberikan terapi *cognitive behaviour* pada pasien HIV

Harga diri	f	%
Pre		
HDR	30	100
HD sedang	0	0
HD Tinggi	0	0
Post		
HDR	0	0
HD Sedang	21	70
HD Tinggi	9	30

a : 0.05 , P_v: 0,000

PEMBAHASAN

Distribusi harga diri sebelum diberikan terapi *cognitive behaviour* terhadap harga diri pada pasien HIV

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar dari responden yaitu 60% berjenis kelamin perempuan. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian (Marini, 2008) yaitu wanita lebih rentan terkena gangguan mental emosional disebabkan perubahan hormonal dan perbedaan karakteristik laki-laki dan perempuan, selain perubahan hormonal karakteristik wanita yang lebih mengedepankan emosional dari pada rasional.

Peneliti berpendapat bahwa faktor yang dapat mempengaruhi harga diri meningkat salah satunya adalah jenis kelamin.

Setengah dari responden yaitu 53,3% berusia dewasa tengah (31-55 tahun). Hasil ini sama dengan penelitian sebelumnya (UNAIDS, 2009) yang mengatakan bahwa pada penderita HIV di dunia, kelompok umur yang paling banyak terinfeksi HIV adalah yang berada pada kelompok usia produktif yaitu 20-40 tahun. Peneliti berpendapat bahwa faktor yang dapat mempengaruhi salah satunya adalah usia dewasa tengah.

Berdasarkan tabel 1 memberikan informasi bahwa sebagian besar responden yaitu 43,3% memiliki status marital duda/janda. Hasil penelitian sebelumnya (Nojomi, 2008) pasien yang menikah memiliki kondisi lebih baik pada domain sosial dan lingkungan dibanding pasien janda/duda. Hasil penelitian tersebut sama dengan teori yang dikemukakan (Stuart & Sunden, 2001) bahwa orang yang bercerai, pisah, janda/duda cenderung beresiko tinggi mengalami gangguan harga diri rendah dibanding yang sudah menikah. Peneliti berpendapat bahwa faktor yang dapat mempengaruhi adalah status marital janda/duda, sebagian besar berpisah dengan pasangannya, karena ada yang tertular dari pasangannya yang tidak memberitahu bahwa dirinya sudah terinfeksi HIV.

Sebagian besar responden yaitu 60% berpendidikan Sekolah Lanjutan Tingkat Atas (SLTA). Penelitian sebelumnya (Soekidjo, 2003) mengatakan bahwa pendidikan tinggi lebih mampu mengatasi atau menyelesaikan masalah dengan menggunakan coping yang efektif dan konstruktif dari pada seseorang dengan pendidikan rendah, semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan lebih mudah menerima informasi kesehatan jiwa yang diberikan oleh petugas kesehatan sehingga mempengaruhi pikiran seseorang dalam mengambil keputusan.

Berdasarkan teori (Alserouri, dkk. 2010) pendidikan adalah salah satu senjata yang paling ampuh untuk mencegah penularan HIV. Peneliti berpendapat faktor yang dapat mempengaruhi adalah pendidikan, dengan berpendidikan tinggi seseorang diharapkan dapat berperilaku sehat yaitu memiliki pemahaman kesehatan tentang pencegahan penularan HIV. Sebagian besar responden yaitu 56,7% memiliki pekerjaan swasta. Penelitian sebelumnya mengatakan bahwa pelanggan dari pekerja seks komersial terbanyak dari pekerja swasta (Notoatmojo, 2003). Peneliti berpendapat faktor yang dapat mempengaruhi adalah jenis pekerjaan yang memiliki peran dalam menimbulkan suatu permasalahan dari faktor stres terhadap pekerjaan, jauh dari pasangan dan keluarga.

Distribusi harga diri sesudah diberi terapi *cognitive behaviour* terhadap tingkat harga diri pada pasien HIV

Berdasarkan hasil penelitian pada 30 responden sesudah diberi terapi *cognitive behaviour* terjadi peningkatan harga diri sedang. Penelitian menunjukkan bahwa Penyakit HIV yang mengubah pola hidup dapat juga menurunkan perasaan nilai diri. Menurut Kaplan dan Saddock (2004), terapi yang dibutuhkan pada pasien HIV dapat berupa terapi psikososial, seperti : Terapi *Cognitive Behaviour*. Terapi *cognitive behaviour* bertujuan membantu pasien untuk dapat merubah sistem keyakinan yang negative, irasional dan mengalami penyimpangan (distorsi) menjadi positif dan rasional sehingga secara bertahap mempunyai perilaku yang lebih sehat dan normal (Happle, 2004). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa seluruh responden terjadi peningkatan harga diri. Terapi CBT yang diberikan pada klien mampu meningkatkan percaya diri klien dan mengurangi kecemasan sehingga afirmasi diri klien positif. Dimana konsep akan diri ang positif akan melepaskan endorfin sehingga pada akhirnya sistem kekebalan tubuh pasien akan membaik (Wahidah, 2018).

Pengaruh terapi *cognitive behaviour* terhadap tingkat harga diri pada pasien HIV

Pada penelitian harga diri pada penderita HIV yaitu pada *pre test* harga diri rendah sedangkan pada *post test* mengalami peningkatan harga diri. Berdasarkan uji *wilcoxon* didapatkan nilai *signifikan* (p value) = 0,000 ($< \alpha = 0,05$) sehingga dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_1 diterima yang artinya ada pengaruh terapi *cognitive behaviour* terhadap harga diri pada pasien HIV di KDS Friendship Plus Kediri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden terjadi peningkatan harga diri.

Hasil penelitian sebelum diberikan terapi *cognitive behaviour* menunjukkan bahwa rata-rata harga diri pada responden adalah 61,57. Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan, yaitu 18 orang (60%), dan hampir setengah dari responden berusia 31-55 tahun yaitu 16 orang (53,3%). Sebagian besar responden memiliki status marital duda/janda,

yaitu 13 orang (43,3%). Responden sebagian besar berpendidikan SLTA yaitu sebanyak 18 orang (60%). Hasil setelah diberikan terapi terjadi peningkatan harga diri maka peneliti menyimpulkan bahwa terapi *cognitive behaviour* dapat meningkatkan harga diri pada penderita HIV yang dilakukan di KDS Friendship Plus Kediri dengan 30 responden.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di KDS *Friendship Plus* Kediri didapatkan kesimpulan sebagai berikut: sebelum diberikan sebagian besar responden mengalami harga diri rendah namun setelah diberikan terapi CBT harga diri responden pada tingkatan sedang. Didapatkan ada pengaruh CBT terhadap harga diri pasien dengan HIV.

DAFTAR PUSTAKA

Alseori, dkk. (2010). *AIDS awareness and attitude among Yemeni young people living in high-risk area. Eastern Mediterranean Health Journal*, 16(3), 242-250.

Arikunto. (n.d.). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Retrieved from Rineka Cipta.

Azwar. (2008). *Belajar dan Pembelajaran*. Rineka Cipta : Jakarta.

Beltman MW, Oude Voshaar RC, Speckens AE. (2010). *Cognitive-behavioural therapy for depression in people with a somatic disease: meta-analysis of randomised controlled trials*. The British Journal of Psychiatry. 2010 Doi: 10.1192/bjp.bp.109.064675

BKKBN.(n.d.). *Keluarga Berencana, Kesehatan Maternal, HIV/AIDS Dan Kesehatan Reproduksi Remaja Perpektif Stakeholder..*

Crocker, J., & Wolfe, C. T. (2001). *Contingencies of self-worth*. *Psychological Review*, 108, 593–623. Doi: 10.1037/0033-295x.108.3.593

D. R. (2003). Retrieved from *Pedoman Nasional, Dukungan dan Pengobatan bagi ODHA*.

Della.(2012). *Cognitive behaviour therapy untuk meningkatkan self-esteem pada mahasiswa universitas indonesia yang mengalami distres psikologis*.

Deden, Husnaniyah, (2017). Hubungan antara harga diri dengan perilaku seks pasien HIV. Vol 3 no 2 Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia. <https://doi.org/10.17509/jpki.v3i2.9416>

Donnellan, M. B., Trzesniewski, K. H., & Robins, R. W.(2011). Self-esteem: Enduring issues and controversies. In T. Chamorro-Premuzic, S. von Stumm, & A. Furnham(Eds.), *The Wiley-Blackwell handbook of individual differences*(pp. 718–746). Chichester, England: Wiley-Blackwell.

Dryden, B. &. (n.d.). *Handbook of cognitive behaviour therapy*. Guevremont, S. &. (2003). *The Contemporary Behavior Therapy*. USA: Thomson Wadsworth.

Guevremont, S. &. (2003). *The Contemporary Behaviour Therapy (4 editan)*. USA: Thomson Wadstwort.

H, G. M. (2010). Retrieved from *Self-esteem across the lifespan: Issue and interventions*.

H. J. (2004). *Psychotherapies with older people:an overview psychiatric treatment*, 10,371-377.

I, K. H., & J, S. B. (2004). *Comprehensive text book of psichiatry*. philadelpphia: Lippincott william S & Wilkins.

Kennerley, W. D., &, & K. J. (2007). *An Introduction to Cognitive Behaviour Therapy*. London: Sage.

Nojomi, M., et all. (2008). *Health related quality of life in patients with HIV/AIDS*.

- Archives of Iranian Medicine. Vol.11.Number.6.*
- Perry, P. &. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses, dan Praktik.Edisi 4 volume 1.* Jakarta: EGC.
- R, A. (2011). *Cognitive-behavioural interventions with victims of abuse.* Retrieved 12 2017,rom.<http://www.psychologyforgrowth.com/cognitivebehaviouralinterventionswith-victims-of-abuse/>.
- Saefulloh, et all (2017). Hubungan harga diri dengan perilaku seksual pada penderita HIV. Vol 3 no 2. JPki: Jurnal pendidikan keperawatan Indonesia . DOI: <https://doi.org/10.17509/jpki.v3i2.9416>
- S, R. A. (2012). *Hubungan Gaya Hidup Konsumtif dengan Harga Diri Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas"X".* Jakarta: Fakultas Ilmu Keperawatan UI
- Spiritia.(2012). *Hubungan yang Konsisten antara Depresi dan Kepatuhan yang rendah terhadap terapi HIV.* Retrieved 6 23, 2015, from <http://spiritia.or.id>
- Sugiyono. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D.* Bandung: Alfabeta.
- Turner, J. A., & Romano, J. M. (2001). *Cognitive-behavioral therapy forchronic pain.* In J. D. Loeser & J. J. Bonica (Eds.), *Bonica's managementof pain* (3rd ed., pp. 1751–1758.). Philadelphia, PA: LippincottWilliams & Wilkins. <https://doi.org/10.1037/a0035747>
- U, Z. d. (2006). *100 Pertanyaan Seputar HIV/AIDS yang perlu anda ketahui.* Medan: USU press.W, dkk.
- Van Straten A, Geraedts A, Verdonck-de Leeuw I, Andersson G, Cuijpers P. *Psychological treatment of depressive symptoms in patients with medical disorder : a meta-analysis.* Journal of Psychosomatic Research. 2010;69:23-32.. DOI: 10.1016/j.jpsychores.2010.01.019
- Wahidah (2018). CBT untuk mengubah pikiran negatif dan kecemasan.jurnal ilmiah psikologi: Indegenous. DOI: <https://doi.org/10.23917/indigenou.s.v3i2.6826>