

ABSTRAK

Rahmania Qurrota A'yun, 111514153009, *Cognitive Behavioral Therapy* untuk Meningkatkan Kualitas Hidup dan *Self Efficacy* pada Penderita Arthritis Reumatoid, Tesis, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, 2018.

Kualitas hidup penderita arthritis reumatoid cenderung rendah, baik pada aspek fisik, psikologis, relasi sosial, dan lingkungan. Penderita dihadapkan pada keterbatasan pergerakan dan rasa nyeri yang berulang, *mood* negatif akibat penyakitnya, serta hubungan dengan keluarga dan teman. serta Sementara *self efficacy* memegang peran penting yang dapat meningkatkan status kesehatan pasien arthritis reumatoid. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah *cognitive behavioral therapy* dapat meningkatkan kualitas hidup dan *self-efficacy* penderita arthritis reumatoid. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *single subject*, pada 3 wanita penderita arthritis reumatoid. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quality of Life for Rheumatoid Arthritis* untuk mengukur kualitas hidup dan *Rheumatoid Arthritis Self-Efficacy* untuk mengukur *self-efficacy*. Hasil menunjukkan *cognitive behavioral therapy* meningkatkan kualitas hidup subjek dengan mengubah pemikiran maladaptif menjadi lebih adaptif dan mengajarkan teknik manajemen diri untuk mengatasi rasa nyeri. Teknik *role play* mengarahkan terjadinya peningkatan harapan hasil melalui pengalaman performa. Hal ini membuat subjek menyelesaikan pekerjaan rumah yang diberikan, sehingga *self efficacy* meningkat dan terjadi perubahan perilaku yang diinginkan.

Kata Kunci : *Cognitive Behavioral Therapy*, Kualitas Hidup, *Self Efficacy*, Arthritis Reumatoid