PENERAPAN INTERVENSI *COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY* (CBT) TERHADAP GANGGUAN CITRA TUBUH PADA PASIEN DENGAN *CA MAMMAE* PASCA MASTEKTOMI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS JANTI

Innaka Rachmalia[1], Eddi Sudjarwo[2]
Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Jurusan Keperawatan,
Poltekkes Kemenkes Malang
Email : innakarachmalia@gmail.com

ABSTRAK

Pasien dengan *Ca mammae* pasca mastektomi rentan mengalami gangguan citra tubuh akibat perubahan bentuk tubuh setelah kehilangan salah satu payudara. Kondisi ini dapat menimbulkan perasaan malu, kehilangan kepercayaan diri, kesulitan menerima perubahan fisik, serta pikiran negatif yang berdampak pada kualitas hidup. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi penerapan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) terhadap gangguan citra tubuh pada pasien dengan *Ca mammae* pasca mastektomi di wilayah kerja Puskesmas Janti. Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan satu subjek yang mengalami gangguan citra tubuh sedang berdasarkan instrumen *Body Image Scale* (BIS). Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan pengukuran tingkat gangguan citra tubuh menggunakan BIS. Intervensi diberikan selama 8x kunjungan secara progresif dalam periode waktu 20 hari. Hasil studi menunjukkan adanya penurunan tingkat gangguan citra tubuh dari skor 20 (gangguan citra tubuh sedang) menjadi 7 (gangguan citra tubuh ringan). Selain itu, terjadi peningkatan penerimaan terhadap tanda dan gejala gangguan citra tubuh berupa perubahan bentuk tubuh, berkurangnya rasa malu dan pikiran negatif, meningkatnya kepercayaan diri, serta kemampuan klien untuk kembali beraktivitas dan bersosialisasi. Penerapan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) efektif membantu menurunkan gangguan citra tubuh pada pasien *Ca mammae* pasca mastektomi sehingga dapat dipertimbangkan sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis dalam praktik keperawatan.

Kata kunci: *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT), gangguan citra tubuh, *ca mammae*, mastektomi