IMPLEMENTASI *MINDFULNESS-BASED COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY* (MB-CBT) TERHADAP PENINGKATAN *SELF ESTEEM* PADA PASIEN DENGAN *POST TRAUMATIC STRESS DISORDER* (PTSD) DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS ARDIMULYO SINGOSARI KAB.MALANG

Gilang Adnan Khudlair[1] Dyah Widodo[2]
Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Malang
Email : @gilang_p17212255106@poltekkes-malang.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang : *Post Traumatic Sress Disorder* (PTSD) merupakan faktor penyebab pada pasien dengan gangguan konsep diri : harga diri rendah kronis.. Untuk mengatasi kejadian harga diri rendah kronis ini maka dilakukan pendekatan model adaptasi dengan mengimplementasikan terapi kognitif dengan *mindfulness-based cognitive behaviour therapy* (MB-CBT) pada pasien dengan harga diri rendah kronis untuk mengontrol *self-esteem* di wilayah kerja puskesmas Ardimulyo Singosari Kab. Malang. **Tujuan** : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui implementasi *mindfulness-based cognitive behavior therapy* (MB-CBT) terhadap peningkatan *self esteem* pada pasien dengan *post traumatic stress disorder* (PTSD) di Wilayah Kerja Puskesmas Ardimulyo Singosari Kab.Malang. **Metode** : Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif jenis penelitian studi kasus dengan desain pre-test post-test pada suatu kelolaan pasien pada kriteria khusus dengan menggunakan *purposive sampling*. **Hasil** : Berdasarkan hasil assessment dan observasi menggunakan instrument penelitian *general self efficacy scale* (GSES) dimana terdapat peningkatan mulai penerapan di hari pertama sampai ke tiga yaitu dengan total skor harian 8/24 : 33,33% menjadi 21/24 : 87,5% dan melalui instrument *rosenberg self-esteem scale* (RSES) dengan adanya peningkatan pada hari ke pertama 20% menjadi 76,67% pada hari ketiga setelah diberikan terapi kognitif dengan *mindfulness* dan *cognitive behaviour therapy* untuk mengontrol harga diri pasien . **Kesimpulan** : Terdapat peningkatan yang signifikan saat dilakukan *pre test* dan *post test* pada implementasi (MB-CBT) mulai hari pertama hingga hari ke tiga pada pasien pada instrument GSES dan RSES. Hal ini dapat dinyatakan bahwa terapi kognitif melalui pendektan model adaptasi dengan mggunakan *mindfulness-based cognitive behaviour therapy* efektif dalam meningkatkan *self-esteem* pada pasien dengan *post traumatic stress disorder* (PTSD).

Kata Kunci : Harga diri rendah kronis, *Post traumatic stress disorder* (PTSD), *Mindfulness-based cognitive behavior therapy* (MB-CBT), SOP (MB-CBT)