

# Manajemen nyeri dengan intervensi multi-component cognitive behavior therapy (CBT) untuk meningkatkan kualitas hidup pada penderita rheumatoid arthritis = Pain management with intervention multi-component cognitive behavior therapy (CBT) to improve quality of life in rheumatoid arthritis patients

Isni Prihatini Noviansjah, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20349797&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

**Latar Belakang:** Rheumatoid arthritis merupakan kondisi nyeri yang menyakitkan dan mempengaruhi berbagai aspek kehidupan penderitanya, seperti fisik, psikologis, dan psikososial. Nyeri yang dialami penderita ini dapat membuatnya merasa lemah dan kesulitan dalam beraktivitas sehari-hari. Dampak paling buruk yang dialami oleh penderita rheumatoid arthritis ialah pengaruh negatifnya terhadap kualitas hidupnya.

**Tujuan:** Untuk mengetahui efektivitas pemberian manajemen nyeri dengan intervensi multi-component cognitive behavioral therapy (CBT) dalam meningkatkan kualitas hidup pada penderita rheumatoid arthritis.

**Metode:** Dua orang partisipan yang menderita rheumatoid arthritis diberikan intervensi multi-component cognitive behavioral therapy (CBT) sebanyak enam kali pertemuan. Intervensi ini terdiri dari identifikasi masalah dan sharing mengenai penyakit yang dialami, psikoedukasi, latihan relaksasi, self monitoring, dan restrukturisasi pikiran negatif. Pengukuran efektivitas dilakukan dengan metode pretest-posttest menggunakan Numerical Rating Scale (NRS) untuk melihat perubahan skor intensitas nyeri yang dialami dan Rheumatoid Arthritis Quality of Life (RAQoL) untuk melihat perubahan skor kualitas hidup.

**Hasil:** Kedua partisipan mengalami peningkatan kualitas hidup seiring dengan menurunnya intensitas nyeri yang dirasakan setelah mengikuti manajemen nyeri dengan intervensi multi-component cognitive behavioral therapy (CBT) ini. Hasil penelitian secara kualitatif juga menunjukkan bahwa latihan relaksasi merupakan teknik yang paling bermanfaat bagi kedua partisipan untuk menurunkan intensitas nyeri yang dirasakan.

**Kesimpulan:** Intervensi multi-component cognitive behavioral therapy (CBT) efektif dalam meningkatkan kualitas hidup pada penderita rheumatoid arthritis.

.....**Background:** Rheumatoid arthritis is a painful condition which is painful and affects many aspects of life of sufferers, such as physical, psychological, and psychosocial. Pain experienced by the patient can make her feel weak and difficulties in daily activities. The worst impacts experienced by people with rheumatoid arthritis are negative effects on quality of life.

**Purpose:** To know the effectiveness of pain management with intervention multicomponent cognitive behavioral therapy (CBT) to improve quality of life in patients with rheumatoid arthritis.

**Methods:** Two patients with rheumatoid arthritis as participants given intervention multi-component of cognitive behavioral therapy (CBT) as many as six sessions. This intervention consists of identifying problems and sharing about disease experienced, psychoeducation, relaxation training, self-monitoring, and restructuring negative thoughts. Effectiveness measurement was conducted using a pretest-posttest using the Numerical Rating Scale (NRS) to see the change in pain intensity scores experienced and Rheumatoid Arthritis Quality of Life (RAQoL) to see the change in quality of life scores.

**Results:** Both participants experienced improved quality of life along with a decrease in the intensity of pain

experienced after following pain management with multi-component intervention of cognitive behavioral therapy (CBT). Qualitative research results also show that the relaxation exercise is the most beneficial technique for both participants to reduce the perceived pain intensity.

Conclusions: Interventions multi-component cognitive behavioral therapy (CBT) is effective to improve the quality of life in patients with rheumatoid arthritis.