

## Solution-Focused Brief Therapy (SFBT) untuk menurunkan diabetes-related distress pada dewasa muda dengan diabetes mellitus = Solution-Focused Brief Therapy (SFBT) to decrease diabetes-related distress on young adults with diabetes mellitus

Elga Oktavia, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20433023&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Diabetes-related distress rentan dialami oleh dewasa muda dengan Diabetes Mellitus (DM) karena mereka berada dalam usia produktif dan memiliki harapan hidup yang tinggi. Distres yang tidak mendapatkan penanganan yang tepat dapat mengakibatkan kecemasan dan berujung pada depresi yang akan mengganggu peran mereka dalam kehidupan sehari-hari. Solution-Focused Brief Therapy (SFBT) merupakan salah satu pendekatan intervensi yang mengarahkan klien untuk lebih terfokus pada potensi yang dimiliki. Desain penelitian ini termasuk dalam one group pretest-posttest design (before and after) yang diawali dengan pretest dan asesmen awal.

Sebagai hasilnya pemberian 4 sesi intervensi dengan pendekatan SFBT dapat menurunkan tingkat diabetes-related distress pada partisipan, dimana secara kuantitatif terjadi penurunan skor PAID. Partisipan juga mengalami perubahan aspek kognitif dan perilaku. Partisipan merasa percaya diri dan optimis terhadap potensi dan solusi yang dimiliki untuk mengatasi distres yang dihadapi. Partisipan memperoleh solusi yang konkret dalam upaya untuk keluar dari masalahnya terkait kondisi DM. Untuk semakin memperkuat komitmen dalam menjalankan solusi, intervensi lanjutan berupa terapi keluarga atau support group akan sangat membantu.

.....Diabetes-related distress are commonly experienced by young adults with Diabetes Mellitus (DM), because on their age they have to be productive. Untreated distress provokes anxiety and depression that will influence their daily activities. Solution-Focused Brief Therapy (SFBT) help the participants to focus on their potencies. With the one group pretest-posttest design (before and after), this study will be started with pretest and pre-assessment in the beginning of the intervention.

As the results, 4 sessions of intervention are effective to decrease diabetes-related distress on participants, and decrease the PAID instrument scores. Qualitative result indicated that participants experienced changes in cognitive and behavior aspects. Participants felt confident and optimistic either about their potencies or their solutions to face the distress. They got concrete solutions for their effort to deal with their DM problems. Family therapy or support group can help participants to build their commitment on doing the solutions they have built before.