

ABSTRACT

Background : *Chronic illness is a disease with a permanent characteristic, causing incapacity in the sufferer, and to cure it the patient needs to be treated for a long period of time. Anxiety is a natural affective disorder (affective) which is characterized by a feeling of fear and concern that is deep and continuous, does not experience interference in assessing reality (Reality Testing Ability / RTA, still good), personality is still intact (not broken personality / splitting of personality, behavior can be disrupted but still within normal limits. Client-centered counseling is a renewal counseling technique because it assumes a parallel position between the counselor and the patient or client. The counselor-client relationship is colored with warmth, mutual trust, and the client is given to be treated as an adult who can make his own decisions and is responsible for his decisions.*

Methods : *A quasi experimental study design with pretest posttest design with a control group is an experimental comparative research method to examine the effect of client-centered counseling on improving anxiety levels. The subjects were 30 with the diagnosis of chronic diabetes mellitus and / or hypertension in the Gedongtengen and Kasihan 2 Public Health Centers in November 2017 - May 2018. All subjects were divided into two groups, namely 15 treatment subjects and 15 control subjects. The treatment group was given counseling as much as 1 time and an improvement in anxiety levels was assessed using the HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) questionnaire.*

Result : *Statistical analysis using parametric test results with Paired T Test showed a significant difference between the treatment group and the control group, with $p = 0.001$ (<0.005). The results of the Independent T Test showed significant $p = 0.001$ (<0.005).*

Conclusion : *Client-centered counseling provides significant results in improving anxiety levels compared to no counseling.*

Keywords : *Anxiety, Client Centered Counseling, Chronic Disease.*

INTISARI

Latar Belakang : Penyakit kronis merupakan penyakit dengan ciri bersifat menetap, menyebabkan ketidakmampuan pada penderitanya, dan untuk menyembuhkannya penderita perlu melakukan perawatan dalam periode waktu yang lama. Kecemasan (ansietas/*anxiety*) adalah gangguan alam perasaan (*affective*) yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas (*Reality Testing Ability/RTA*, masih baik), kepribadian masih tetap utuh (tidak mengalami keretakan kepribadian/*splitting of personality*), perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas-batas normal. Konseling berpusat klien adalah teknik konseling pembaharuan karena mengasumsikan posisi yang sejajar antara konselor dan pasien atau klien. Hubungan konselor-klien diwarnai kehangatan, saling percaya, dan klien diberikan diperlakukan sebagai orang dewasa yang dapat mengambil keputusan sendiri dan bertanggungjawab atas keputusannya.

Metode : Desain studi quasi eksperimental dengan rancangan pretest posttest dengan kelompok kontrol yaitu metode penelitian komparatif eksperimental untuk menguji pengaruh konseling berpusat pada klien terhadap perbaikan tingkat kecemasan. Subjek sebanyak 30 dengan diagnosis penyakit kronis diabetes melitus dan atau hipertensi di Puskesmas Gedongtengen dan Puskesmas Kasihan 2 pada bulan November 2017 – Mei 2018. Seluruh subjek dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok perlakuan sebanyak 15 subjek dan kelompok kontrol sebanyak 15 subjek. Kelompok perlakuan diberi konseling sebanyak 1 kali dan perbaikan tingkat kecemasan dinilai menggunakan kuesioner HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*).

Hasil : Analisis statistik menggunakan hasil tes parametrik dengan *Paired T Test* menunjukkan perbedaan signifikan antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol, dengan $p=0,001$ ($<0,005$). Hasil *Independent T Test* menunjukkan signifikan $p=0,001$ ($<0,005$)

Kesimpulan : Konseling berpusat pada klien memberikan hasil yang signifikan dalam perbaikan tingkat kecemasan dibandingkan tidak diberikan konseling.

Kata Kunci : Kecemasan, Konseling Berpusat Klien, Penyakit Kronis