Efektivitas Hypnotic Guided Imagery untuk meningkatkan Subjective Well-Being pada Individu dengan
Diabetes Mellitus Tipe-2
TANTRI V.J. SIAGIAN, Kwartarini Wahyu Yuniarti, Prof., M.Med.Sc., Ph.D., Psikolog
Universitas Gadjah Mada, 2023 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

Efektivitas *Hypnotic Guided Imagery* untuk meningkatkan *Subjective Well-Being* pada Individu dengan Diabetes Mellitus Tipe-2

Effectivity Hypnotic Guided Imagery to Improve Subjective Well-Being in Individuals with Type 2 Diabetes Mellitus

Tantri VJ Siagian[1], Kwartarini Wahyu Yuniarti[2]
[1,2]Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada
Jalan Sosiohumaniora, Bulaksumur, Depok, Sleman, Yogyakarta, Indonesia
e-mail: *[1]tantrivj85@mail.ugm.ac.id, [2]kwartarini_psy@ugm.ac.id

Abstrak. *Subjective well-being* (SWB) merupakan evaluasi individu secara keseluruhan terhadap hidupnya melalui penilaian kognitif dan afektif. Individu dengan SWB yang tinggi diketahui memiliki kepuasan hidup dan emosi positif yang tinggi sehigga berpengaruh terhadap tingkat kesehatan dan umur panjang. Diabetes Mellitus adalah penyakit kronis yang berdampak secara psikologis seperti munculnya stres, cemas, kecewa, dan depresi yang mempengaruhi SWB individu yang mengalaminya. Oleh karena itu diperlukan pemberian intervensi psikologi. Tujuan penelitian ini yaitu untuk menguji efektivitas HGI dalam meningkatkan SWB pada individu dengan diabetes mellitus tipe 2. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan desain penelitian *pre-test and post-test control group design*. Jumlah partisipan dalam penelitian ini 10 orang, 5 kelompok eksperimen dan 5 kelompok kontrol. Skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu PANAS-X dan PWI yang diberikan pada *pre-test* dan *post-test*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa HGI dapat meningkatkan SWB individu dengan diabetes mellitus tipe 2 (t=2,97; p< 0,1) dan *effect size Cohen's D* sebesar 1,33 (> 0,8) yang menunjukkan bahwa adanya efek intervensi yang cukup besar. Peningkatan SWB ini dapat dilihat pada peningkatan domain emosi positif (t=2,48; p<0,1) dan kepuasan hidup (t=2,28; p<0,1) setelah diberikan intervensi dengan effect size Cohen's D diatas 0,8.
Kata kunci: *subjective well-being, diabetes mellitus tipe 2, hypnotic guided imagery*

Abstract. *Subjective well-being (SWB) is an individual's cognitive and affective evaluation of life as a whole. Individual who has high SWBs is associated with high life satisfaction and positive emotions can affect health and longevity levels. Diabetes mellitus is a chronic disease that might have psychological impact such as stress, anxiety, disappointment, and depression that affect the SWB of individuals who experience it. Therefore, it is necessary to provide psychological intervention for them. The goal of this study is to test the effectiveness of HGI in increasing SWB in individuals with type 2 diabetes mellitus. This study uses an experimental design, that is pre-test and post-test control group design. The number of participants in this study is 10 people, 5 experimental groups and 5 control groups. The scales that will be used in the study are PANAS-X and PWI which are given to pre-test and post-test. The result of this study indicates that HGI can improve SWB of individuals with type 2 diabetes mellitus (t=2,97; p< 0,1) with Cohen's D effect size of 1,33 (> 0,8) which indicates there is a large intervention effect. This increase in SWB can be seen in the increase in positive emotional domains (t=2.48; p<0.1) and life satisfaction (t=2.28; p<0.1) after being given interventions with a Cohen's D effect size above 0.8.*
Keyword: *subjective well-being, type 2 diabetes mellitus, hypnotic guided imagery*