

**PENGARUH EFIKASI DIRI (*SELF-EFFICACY*) TERHADAP
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS (*PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*)
PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIS DI KOMUNITAS HGM
SURABAYA**

Oleh :

TRIANA RIZKI MAULA

Fakultas Psikologi Universitas 45 Surabaya

email : maulatriana13@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh efikasi diri terhadap kesejahteraan psikologis pada pasien gagal ginjal kronis. populasi dalam penelitian ini adalah pasien gagal ginjal dalam komunitas HGM Surabaya sebanyak 253 orang dan sampel yang diambil sebanyak 60 subjek pasien gagal ginjal kronis dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. alat ukur yang digunakan adalah skala efikasi diri sebanyak 26 aitem dan skala kesejahteraan psikologis yang disusun oleh Carol Ryff sebanyak 42 aitem. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis regresi sederhana. Hasil penelitian menunjukkan $r_{xy} = 0,812$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) sehingga disimpulkan bahwa ada pengaruh efikasi diri terhadap kesejahteraan psikologis. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri, maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis pasien gagal ginjal kronis. sebaliknya, jika semakin rendah efikasi diri diri, maka semakin rendah kesejahteraan psikologis pasien gagal ginjal kronis. Efikasi diri memberikan sumbangan efektif sebesar 65,9% pada kesejahteraan psikologis.

Kata Kunci : *efikasi diri; kesejahteraan psikologis, gagal ginjal kronis*

PENDAHULUAN

Setiap manusia yang hidup tidak bisa terhindar penyakit. Penyakit adalah suatu keadaan dimana terdapat gangguan terhadap bentuk dan fungsi tubuh sehingga berada dalam keadaan tidak normal (Timmreck, 2004). Timmreck (2004) mengklasifikasikan penyakit menjadi tiga yaitu : penyakit menular, penyakit tidak menular dan penyakit kronis, salah satu penyakit kronis adalah gagal ginjal.

Gagal ginjal kronis adalah suatu sindrom klinis disebabkan penurunan fungsi ginjal yang bersifat menahun, berlangsung progresif dan cukup lanjut, serta bersifat *persistent* dan *irreversibel* (Mansjoer, 2000). Ginjal merupakan organ penting dalam tubuh manusia, yang mengatur fungsi kesejahteraan dan keselamatan untuk mempertahankan volume, komposisi dan distribusi cairan tubuh, sebagian besar dijalankan oleh ginjal (Brenner dalam Lubis, 2012). Data dari Perkumpulan Nefrologi Indonesia, 8th Report of Indonesian Renal Registry (IRR) 2016, pada tahun 2015 jumlah pasien gagal ginjal yang menjalani

hemodialisis di Jawa Timur berjumlah 4.139 pasien baru dan 6.276 pasien lama, dimana jumlah pasien baru selalu meningkat setiap tahunnya.

Prosedur hemodialisa sangat bermanfaat bagi pasien penyakit gagal ginjal tahap akhir. Berbagai permasalahan dan komplikasi dapat terjadi pada pasien yang menjalani hemodialisa. Komplikasi hemodialisa dapat menimbulkan perasaan ketidaknyamanan, meningkatkan stress dan mempengaruhi kualitas hidup pasien. Tindakan hemodialisa secara signifikan berdampak atau mempengaruhi kualitas hidup dari pasien diantaranya kesehatan fisik, psikologis, spiritual, status sosial (Charuwanno, 2005). Gangguan fungsi tubuh pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisis, menyebabkan pasien harus melakukan penyesuaian diri secara terus menerus selama sisa hidupnya. Bagi pasien, penyesuaian ini mencakup keterbatasan dalam memanfaatkan kemampuan fisik dan motorik, penyesuaian terhadap perubahan fisik dan pola hidup, ketergantungan secara fisik dan ekonomi pada orang lain serta ketergantungan pada mesin dialisis selama sisa hidup mereka.

Upaya untuk meningkatkan kualitas hidup pasien baik dalam kondisi psikologis ataupun fisik, memerlukan keterlibatan semua pihak baik dokter, perawat, keluarga, dan pasien itu sendiri. Penanganan pasien dengan penyakit kronis saat ini lebih berfokus pada pasien (*patient-centered care*). Petugas kesehatan, termasuk perawat menganggap pasien sebagai orang yang paling tahu kondisi kesehatannya dan menghargai pengalaman subjektif pasien sebagai suatu yang relevan untuk mempertahankan kesehatan atau membantu proses penyembuhan pasien (Potter & Perry, 2010), dan dalam proses penyembuhan pasien, kepatuhan adalah hal yang sangat penting karena dapat mempengaruhi hasil pengobatan pasien tersebut. Beberapa penelitian menyebutkan faktor – faktor yang mempengaruhi kepatuhan yaitu pengetahuan pasien, dukungan sosial dan efikasi diri. Penelitian Sulistyaningsih (2011), mengemukakan efikasi diri efektif untuk meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan pasien penyakit ginjal kronis.

Bandura (1997) mendefinisikan efikasi diri sebagai keyakinan individu akan kemampuannya untuk mengatur dan melakukan tugas-tugas tertentu yang dibutuhkan untuk mendapatkan hasil sesuai yang diharapkan. Pender (dalam Tomey & Alligood, 2006) berpendapat, efikasi diri mempengaruhi bagaimana seseorang berpikir, merasa, memotivasi diri sendiri dan bertindak. Efikasi diri membantu seseorang dalam menentukan pilihan, usaha untuk maju, serta kegigihan dan ketekunan dalam mempertahankan tugas-tugas yang mencakup kehidupan mereka.

Efikasi diri sangat diperlukan untuk kepatuhan pasien gagal ginjal kronis. Beberapa pasien mengalami kesulitan dalam membatasi asupan cairan yang masuk, namun mereka tidak mendapatkan pemahaman tentang bagaimana strategi yang dapat membantu mereka dalam pembatasan cairan (Tovazzi & Mazzoni, 2012). Meskipun pasien sudah mengerti bahwa kegagalan dalam pembatasan cairan dapat berakibat fatal, namun sekitar 50% pasien yang menjalani terapi hemodialisis tidak mematuhi pembatasan cairan yang direkomendasikan (Barnett, Li, Pinikahana & Si, 2007). Individu yang mempunyai efikasi diri tinggi akan cenderung termotivasi dan merasa tertantang dalam menyelesaikan masalah dalam pekerjaannya sehingga tidak mudah merasa putus asa dan stres (Alwisol, 2009). Pada teori sosial kognitif, rendahnya efikasi diri akan menyebabkan

meningkatnya kecemasan dan perilaku menghindar. Individu akan menghindari aktivitas-aktivitas yang dapat memperburuk keadaan, hal ini bukan disebabkan oleh ancaman tapi karena merasa tidak mempunyai kemampuan untuk mengelola aspek-aspek yang berisiko (Bandura, 2002). Bandura (dalam Feist & Feist, 2010) faktor yang mempengaruhi efikasi diri adalah *mastery experience*, modeling sosial, persuasi sosial, kondisi fisiologis dan emosional. Menurut Bandura (dalam Feist & Feis, 2010) salah satu kondisi fisiologis dan emosional berpengaruh terhadap efikasi diri individu tersebut. Rendahnya efikasi diri ditandai dengan stress dan kecemasan yang terjadi ketika melakukan pekerjaan. Stres kerja merupakan situasi ketegangan atau tekanan emosional yang dialami seseorang yang sedang menghadapi tuntutan yang sangat besar, hambatan-hambatan dan adanya kesempatan yang sangat penting dalam pekerjaan yang dapat mempengaruhi emosi, pikiram, dan kondisi fisik seseorang (Hariandja, dalam Nasrudin, 2010). Seseorang dapat dikatakan sejahtera apabila individu tersebut memiliki emosi positif yang lebih besar dibandingkan emosi negatif, dan dapat menjaga emosi positif serta memperbaiki emosi negatif yang ada didalam dirinya (Ryff & Keyes, 1995).

Kesejahteraan psikologis menurut Ryff (dalam Springer dan Hauser, 2005) merupakan kemampuan individu untuk menerima diri apa adanya (*self-acceptance*), membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain (*positive relation with others*), mengontrol lingkungan eksternal (*enviromental mastery*), memiliki tujuan dalam hidupnya (*purpose in life*), serta mampu merealisasikan potensi dirinya secara *continue*. *Psychologycal Well-Being* juga didefinisikan sebagai kesejahteraan psikologis individu yang memfokuskan pada upaya realisasi diri (*self-realization*), pernyataan diri (*personal expressiveness*) dan aktualisasi diri (*self-actualization*).

Penelitian yang dilakukan Siti Nur Aini dan Siti Nur Asiyah (2013) tentang *psychological well-being* pada pasien gagal ginjal kronis, mengatakan bahwa dampak fisik yang dialami pasien gagal ginjal kronis antara lain terjadinya gangguan dalam berkonsentrasi, menurunnya nafsu makan, sulit tidur, kulit terasa kering dan gatal serta kram otot pada malam hari. Sedangkan dampak psikologis yang dialami antara lain kecemasan, isolasi sosial, *loneliness* (kesepian), dan kesulitan menjaga hubungan sosial secara normal. Masalah yang dialami subyek yang saat ini sedang menderita gagal ginjal secara garis besar dapat mempengaruhi *psychological well-being*.

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah efikasi diri mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada pasien gagal ginjal di komunitas HGM Surabaya.

METODE

Populasi dalam penelitian ini adalah pasien gagal ginjal di komunitas HGM Surabaya yang berjumlah 253 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan secara *nonprobability sampling*, dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu pemilihan kelompok subjek yang didasarkan atas ciri-ciri tertentu yang dipandang mempunyai sangkut paut erat dengan ciri-ciri populasi yang sudah diketahui sebelumnya, dengan kata lain unit sampel yang dihubungi disesuaikan dengan kriteria-kriteria tertentu yang diterapkan berdasarkan tujuan

penelitian (Margono, 2004). Sampel yang diperoleh dengan teknik *purposive sampling* dan perhitungan rumus Slovin sebanyak 60 subjek. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan dua skala yaitu skala efikasi diri (*self-efficacy*) berjumlah 26 item ($\alpha = 0,931$) dan skala kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) ($\alpha = 0,931$). Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik regresi linier sederhana. Proses analisa data dalam penelitian ini dibantu dengan program komputer SPSS ver 23.0 for Windows.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1

Uji Reliabilitas alat ukur

Reliability Statistics of Efikasi Diri (*Self-Efficacy*)

Cronbach's Alpha	N of Items
,931	26

Reliability Statistics of Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*)

Cronbach's Alpha	N of Items
,930	37

Hasil uji reliabilitas pada masing-masing alat ukur diperoleh nilai pada skala efikasi diri sebesar 0,931 dan untuk skala kesejahteraan psikologis diperoleh nilai 0,930. Saifuddin Azwar (2011) mengatakan bahwa secara teoritik koefisien reliabilitas berkisar mulai dari 0,0 sampai dengan 1,0 akan tetapi pada kenyataannya koefisien sebesar 1,0 dan sekecil 0,0 tidak pernah dijumpai. Kesimpulannya adalah semakin koefisien reliabilitasnya mendekati 1,0 maka semakin tinggi reliabilitasnya dan sebaliknya semakin koefisien reliabilitasnya mendekati 0,0 maka semakin rendah reliabilitasnya. Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa pada uji reliabilitas pada skala efikasi diri dan kesejahteraan psikologis, koefisien reliabilitas tinggi.

Tabel 2

Uji Linieritas

ANOVA Table

			F	Sig.
Kesejahteraan Psikologis * Efikasi Diri	Between Groups	(Combined)	9,416	,000
		Linearity	160,850	,000
		Deviation from Linearity	2,205	,017
	Within Groups			
	Total			

Tabel tersebut signifikansi uji linieritas pada variabel efikasi diri terhadap kesejahteraan psikologis menunjukkan hasil sig. *Deviation from linearity* dengan

nilai 0,017 ($p < 0,05$) dan diketahui bahwa $F_{\text{empirik}} = 2,205 < F_{\text{teoritik}} = 4,0$ pada taraf 5% dan 7,08 pada taraf 1% yang berarti bahwa variabel efikasi diri dan kesejahteraan psikologis mempunyai hubungan yang linier.

Tabel 3
 Uji Hipotesis
Model Summary

R Square	Adjusted R Square
,659	,653

a. Predictors: (Constant), Efikasi Diri

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	46,867	10,907		4,297	,000
Efikasi Diri	1,104	,104	,812	10,583	,000

a. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

Hasil tersebut dapat diketahui bahwa nilai R sebesar 0,812 yaitu menyatakan bahwa besarnya nilai korelasi atau hubungan antara variabel X terhadap variabel Y sebesar 0,812 dan diperoleh koefisien determinasi (R square) adalah sebesar 0,659 yang berarti bahwa proporsi varians dari variabel terikat (kesejahteraan psikologis) yang dapat dijelaskan oleh variabel bebas (efikasi diri) dalam penelitian ini adalah sebesar 65,9% sedangkan sisanya yaitu 34,1% dijelaskan oleh variabel lain diluar penelitian ini. Perolehan nilai koefisien dari tabel 3 dapat disusun persamaan regresinya sebagai berikut :

$$\text{Kesejahteraan psikologis} = 46,867 + 1,104 \text{ efikasi diri}$$

Nilai signifikansi yang diperoleh dari tabel 4.6 sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel X (efikasi diri) berpengaruh terhadap variabel Y (kesejahteraan psikologis), sedangkan untuk t hitung yang diperoleh sebesar 10,583 menunjukkan bahwa $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$ sebesar 2,390, dengan demikian hipotesis yang menyatakan bahwa efikasi diri berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis terbukti secara signifikan.

Berdasarkan hasil analisis data dapat diketahui bahwa efikasi diri berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis. Kemampuan efikasi diri untuk menjelaskan besarnya variasi dalam kesejahteraan psikologis adalah sebesar 65,9%. Hasil penelitian ini mendukung hipotesis penelitian bahwa efikasi diri berpengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis. Hasil tersebut diperkuat

dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wahyu Utami (2016) bahwa efikasi diri merupakan prediktor yang signifikan bagi kesejahteraan psikologis ($p=0.006$).

Menurut Bandura (1994), efikasi diri dapat terbentuk dan berkembang melalui empat proses yaitu kognitif, motivasional, afektif, dan seleksi. Sumber-sumber efikasi diri dapat berasal dari pengalaman individu, pengalaman orang lain, persuasi sosial, kondisi fisik, dan emosional. Pengalaman dan keberhasilan individu dalam mengelola perawatan diri sebagai pasien gagal ginjal kronis merupakan sumber utama dalam pembentukan efikasi diri pasien. Belajar dari pengalaman orang lain melalui observasi dan meniru perilaku kesehatan yang benar dapat meningkatkan efikasi diri. Melalui persuasi verbal, klien mendapat pengaruh dan sugesti bahwa ia mampu mengatasi masalah. Kondisi fisik dapat mempengaruhi status emosional, begitu juga sebaliknya, yang dapat mempengaruhi efikasi diri dan kemampuan dalam perawatan diri. .

Nilai proporsi varians dari efikasi diri terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 65,9% yang dapat dijelaskan diantaranya adalah keyakinan diri, kondisi fisik dan emosional. Hal ini diakibatkan karena pembatasan cairan, diet makanan yang tidak boleh dikonsumsi, juga karena tingkat kecemasan para pasien ketika mereka mengetahui jika ada beberapa dari anggota komunitas yang meninggal karena kondisi fisik yang lemah dan hal tersebut membuat anggota yang lain merasa emosional namun rasa emosional tersebut membuat mereka yakin dan percaya diri untuk terus melanjutkan kehidupan mereka meski kesehatan mereka terbatas oleh hemodialisis.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis daya dan pengujian hipotesis penelitian, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesejahteraan psikologis pasien gagal ginjal kronis. Efikasi diri memberikan sumbangan efektif sebesar 65,9% yang artinya semakin positif efikasi diri maka kesejahteraan psikologis semakin tinggi, dan untuk 34,1% sisanya yang dapat dijelaskan oleh variabel psikologis lainnya seperti *self-concept*, keyakinan spiritual, dan *social support* (Areewan, 2015).

DAFTAR PUSTAKA

- Arrewan, C., Darunee, C., Warapond, S., & Nutjareee, P. (2015). Does the Spiritual Well-Being of Chronic Hemodialysis Patients Differ from that of Pre-Dialysis Chronic Kidney Disease Patients? *MDPI religions Journal*, 14-23.
- Azwar, S. (2011). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1994). Self Efficacy. Dalam V. S. Ramachaudran (Penyunt.), *Encyclopedia of human behavior* (Vol. 4, hal. 71-81). New York: Academic Press.
- Charuwanno. (2005). *Meaning of quality of life Among Thai ESRD patients on maintenance hemodialysis*. Washington DC: The Catholic University of America.
- J. Feist, G. J. Feist. (2010). *Theories of Personality* (Fourth ed.). Boston: McGraw-Hill Companies Inc.
- Lubis, A. (2006). Gambaran stress pada pasien gagal ginjal terminal yang menjalani hemodialisa. *Journal Ners Indonesia*, 2(2).
- Mansjoer A. (2000). *Kapita Selekta Kedokteran jilid I*. Jakarta: Media Aesculapius.
- Margono. (2004). *Metode Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nasrudin, E. (2010). *Psikologi Manajemen*. Bandung: CV. Pustaka Setia.
- Nur. Aini, S., & Nur. Asiyah, S. (2013). Psychological well being pada penyandang gagal ginjal. *Journal Penelitian Psikologi*, 4(4), 35-45.
- Perkumpulan Nefrologi Indonesia. (2016). *8th Report of Indonesian Renal Registry*. Dipetik Desember 28, 2017, dari Indonesia Renal Registry: <http://www.indonesianrenalregistry.org>
- Potter, P. A. & Perry, A. G. (2010). *Fundamentals of Nursing: Fundamental keperawatan* (7th ed., Vol. 3). Jakarta: Salemba Medika.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. (1995). *MIDUS Midlife in The United States*. Dipetik November 3, 2017, dari National Longitudinal Study of Health & Well Being: <http://midus.wisc.edu>
- Springer, K., & Hauser. (2005). *Survey Measurement of Psychological Well Being*. Dipetik Januari 02, 2018, dari Social Science Computing Cooperative: <http://ssc.wisc.edu>
- Sulistyaningsih. (2011). *Metodologi Kebidanan Kuantitatif Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

- Timmreck, T. C. (2004). *Epidemiologi Suatu Pengantar Edisi Kedua*. (M. F. dkk, Penerj.) Jakarta: EGC.
- Tomey, A.M. & Alligood, M.R. (2006). *Nursing theories and their work*. (6th ed.). USA: Mosby Elsevier.
- Tovazzi, M., & Mazzoni, V. (2012). Personal Paths of Fluid Retraction in Patient on Hemodialysis. *nephrology nursing journal*, 207-215.
- Utami, W. (2016). Pengaruh Kecenderungan Neurotik Dan Self-Efficacy Terhadap Psychological Well Being Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang. *Journal An-nafs*, 2, 202-226.