

HUBUNGAN SELF MANAGEMENT BEHAVIOR DAN SELF EFFICACY DENGAN RESILIENSI PASIEN HEMODIALISA

Arum Zahrotul Niswah^{1*}, Dwi Retno Sulistyaningsih², Retno Setyawati³

¹Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Islam Sultan Agung

^{2,3}Dosen Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Islam Sultan Agung

Email: arumzahrotulniswah16@gmail.com^{1*}, ners.dwiretno@gmail.com², retnosetyawati@unissula.ac.id³

Abstract

Background: There are still hemodialysis patients who drink according to their wishes or exceed the maximum amount that they should consume and feel that they are no longer strong enough to undergo hemodialysis or feel hopeless with their current condition. Method: This study uses a quantitative method with a correlational design and a cross-sectional approach. Data collection was carried out using a questionnaire. The number of samples in this study was 82 people with a total sampling technique. Data were processed statistically using the Gamma test. Results: Based on the results of the analysis, it was obtained that most of the respondents were female, as many as 48 respondents, with an average age of 51.60 years, the average length of time respondents underwent hemodialysis was 18.13 months and most of the respondents graduated from elementary school, as many as 33 respondents. The results of the study also showed that respondents with the most self-management behavior were with good self-management behavior as many as 58 respondents, respondents with the most self-efficacy were with good self-efficacy as many as 67 respondents, and respondents with the most resilience were with good resilience as many as 67 respondents. Conclusion: There is a significant relationship between self-management behavior and self-efficacy with the resilience of hemodialysis patients at RSI Sultan Agung Semarang (p value <0.05 and r value 0.595 and 0.803).

Keyword: Hemodialysis, Self efficacy, Self management behavior, Resilience

Abstrak

Latar Belakang: Masih terdapat pasien hemodialisa yang minum sesuai keinginannya atau melebihi jumlah batas maksimal yang seharusnya ia konsumsi serta merasa sudah tidak kuat lagi menjalani hemodialisa atau merasa putus asa dengan kondisinya sekarang. Metode: Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional dan pendekatan cross sectional. Pengambilan data dilakukan dengan kuisioner. Jumlah sample dalam penelitian ini sebanyak 82 orang dengan teknik total sampling. Data diolah secara statistik menggunakan uji Gamma. Hasil: Berdasarkan hasil analisa diperoleh bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 48 responden, dengan rata-rata umur responden adalah 51,60 tahun, rata-rata lama responden menjalani hemodialisa adalah 18,13 bulan dan sebagian besar responden tamatan SD sebanyak 33 responden. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa responden dengan self management behavior paling banyak adalah dengan self management behavior baik sebanyak 58 responden, responden dengan self efficacy paling banyak adalah dengan self efficacy baik sebanyak 67 responden, dan responden dengan resiliensi paling banyak adalah dengan resiliensi baik sebanyak 67 responden. Simpulan: Terdapat hubungan yang bermakna antara self management behavior dan self efficacy dengan resiliensi pasien hemodialisa di RSI Sultan Agung Semarang (p value <0,05 serta nilai r 0,595 dan 0,803).

Kata Kunci: Hemodialisa, Self efficacy, Self management behavior, Resiliensi

1. Pendahuluan

Hemodialisa merupakan suatu terapi yang dilakukan ketika ginjal tidak berfungsi dengan baik. Terapi ini menggunakan mesin yang dilengkapi dengan peyaring khusus (semi permeabel) yang berfungsi sebagai “ginjal buatan” untuk mengeluarkan zat-zat toksik dari darah [1]. Hemodialisa menjadi terapi modalitas utama pengganti fungsi ginjal yang paling umum dan banyak di gunakan di seluruh dunia. Mengacu pada data dari *United States Renal data System* (USRDS, 2022) di Amerika Serikat pada tahun 2021 sebanyak 83,8% pasien dengan insiden *end stage renal disease* (ESRD) menjalani terapi hemodialisa (HD). Berdasarkan data Riskesdas pada tahun 2018, persentase penyakit gagal ginjal kronis di Indonesia sebanyak 0,38%, angka ini terjadi peningkatan dari tahun 2013 yang pada saat itu sebanyak 0,2%. Sedangkan angka kejadian hemodialisa di Indonesia pada tahun 2018 sebesar 19,3% [2].

Terapi hemodialisa dapat memberikan dampak pada pasien dan dapat mempengaruhi kehidupannya, termasuk berbagai gejala seperti hipotensi, anemia, mual, sakit kepala, masalah tidur, kram otot dan masalah kulit [3,4]. Ketidakpatuhan pasien dalam mengontrol cairan juga dapat menyebabkan kelebihan volume cairan yang dapat berakibat pada edema, hipertensi, penurunan kualitas hidup, dan bahkan kematian dini [5]. Namun, dampak-dampak yang terjadi pada pasien tersebut dapat dikurangi melalui pendekatan perbaikan *self management behavior*.

Self Management Behavior merupakan kemampuan seseorang untuk mengelola dan mengendalikan diri secara efektif dalam menghadapi kondisi yang sedang dialami, seperti mengelola gejala, efek psikologis dan fisik, pengobatan, serta perubahan gaya hidup [6]. Untuk melakukan *self management behavior* dengan baik, pasien hemodialisa memerlukan adanya *self efficacy*, yaitu keyakinan diri untuk mengelola kondisi mereka secara efektif. *Self efficacy* atau keyakinan diri adalah kepercayaan seseorang akan kemampuan mereka untuk mencapai hasil yang diinginkan melalui tindakan yang mereka lakukan [7]. Seseorang yang memiliki keyakinan diri yang kuat cenderung lebih taat dalam mengikuti proses pengobatan, mempunyai mutu hidup yang lebih baik, serta bisa menghadapi tantangan dengan lebih tangguh dan berkelanjutan [8]. Resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri dengan kondisi yang menantang dan menghadapi masalah dengan cara yang efektif dan fleksibel, sehingga dapat mempertahankan keseimbangan dan kestabilan dalam menghadapi kesulitan [9].

Berdasarkan hasil penelitian Patmawati et al (2021) di Rumah Sakit Umum Daerah Majene memaparkan bahwasanya adanya korelasi yang signifikan diantara keyakinan diri (*self efficacy*) dengan kemampuan mengelola diri (*self management behavior*), dengan nilai probabilitas yang sangat rendah ($p < 0,000$) dan koefisien korelasi yang signifikan ($p < 0,05$) [10]. Berdasarkan hasil penelitian Rahmi & Welly (2021) yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Kuranji Kota Padang menunjukkan Analisis data menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan dan bermakna antara keyakinan diri (*self efficacy*) dan kualitas hidup pasien yang menjalani hemodialisa, dengan nilai probabilitas yang sangat rendah ($p < 0,000$) dan koefisien korelasi yang signifikan ($p < 0,05$) [11]. Ada korelasi yang signifikan atau bermakna diantara mekanisme coping dengan resiliensi pada pasien yang melakukan hemodialisa di RSUD Toto kabila dengan $p < 0,017$ ($p < 0,05$), hal tersebut didasarkan dari hasil riset yang dijalankan oleh Djaini (2023) [12].

Mengacu pada hasil studi pendahuluan yang sudah dijalankan penulis di RSI Sultan Agung Semarang pada bulan Juni tahun 2024 didapatkan data rata-rata populasi pasien hemodialisa sebanyak 90 pasien rawat jalan setiap bulannya. Dari hasil wawancara, terdapat 2 dari 5 pasien yang masih minum sesuai keinginannya atau melebihi jumlah batas maksimal yang seharusnya ia konsumsi, hal ini disebabkan karena cuaca panas sehingga membuat pasien cepat merasa haus dan akhirnya tidak dapat mengontrol asupan cairan/minuman yang mereka konsumsi. Terdapat 1 dari 5 pasien yang merasa sudah tidak kuat lagi menjalani hemodialisa atau merasa putus asa dengan kondisinya sekarang. Hal ini disebabkan karena faktor biaya, kondisi fisik, dan pasien mudah merasa lelah. Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik menjalankan riset perihal hubungan *self management behavior* dan *self efficacy* dengan resiliensi pasien hemodialisa.

2. Metode

Riset berikut memakai metode kuantitatif berdesain korelasional dan pendekatan *cross sectional*. Riset berikut dijalankan di RSI Sultan Agung Semarang dengan kriteria inklusi pasien berusia ≥ 19 tahun, menjalani hemodialisa rutin 2 kali dalam seminggu, sudah melakukan terapi hemodialisa selama minimal 6 bulan, memiliki kemampuan

menulis dan membaca, serta bersedia menjadi responden dengan menandatangani surat persetujuan. Kriteria eksklusinya meliputi pasien yang memiliki komplikasi yang memberatkan untuk dilakukan penelitian seperti pusing, sakit kepala, mual muntah ataupun komplikasi lainnya yang membuat pasien tidak dapat mengisi kuisioner dan pasien yang sedang menjalani rawat inap. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan kuisioner *Hemodialysis Self-Management Instrument-18* (HDSMI-18) dengan hasil uji validitas terendah 0,78 dan hasil tertinggi 1,00 serta nilai *cronbach's alpha* sebesar $\alpha = 0,880$, *Chronic Kidney Disease Self Efficacy* (CKD-SE) dengan hasil uji validitas terendah 0,59 dan hasil tertinggi 0,91 serta nilai *cronbach's alpha* sebesar $\alpha = 0,845$ dan *Conner and Davidson Resilience scale* (CD-RISC) dengan hasil uji validitas terendah 0,560 dan hasil tertinggi 0,905 serta nilai *cronbach's alpha* sebesar $\alpha = 0,887$. Jumlah responden dalam penelitian ini 82 orang dengan memakai total sampling. Data diolah secara statistik memakai pengujian Gamma.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur dan Lama Menjalani HD

Karakteristik Responden	n	Mean	Std.Deviation	Min-Max
Umur	82	51,60	10,885	31-73
Lama Menjalani HD	82	18,13	17,998	6-120

Tabel 1 menggambarkan profil responden, yang menunjukkan bahwa rerata umur subjek ialah 51,60 tahun dengan standar deviasi $\pm 10,885$ tahun. Rentang usia responden berkisar dari 31 tahun hingga 73 tahun. Selain itu, rata-rata lama waktu responden menjalani hemodialisa adalah 18,13 bulan, dengan rentang waktu terpendek 6 bulan dan terpanjang 120 bulan.

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Pendidikan

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
- Laki-laki	34	41,5
- Perempuan	48	58,5
Jumlah	82	100,0
Pendidikan		
- Tidak sekolah	3	3,7
- SD	33	40,2
- SLTP/SMP	12	14,6
- SLTA/SMA	29	35,4
- S1	5	6,1
Jumlah	82	100,0

Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas subjek bergender perempuan sejumlah 48 individu (58,5%), sementara subjek bergender laki-laki sejumlah 34 individu (41,5%). Mayoritas subjek merupakan tamatan SD sebanyak 33 orang (40,2%), kemudian diikuti tamatan SLTA/SMA sebanyak 29 orang (35,6%), tamatan SLTP/SMP sebanyak 12 orang (14,6%), kemudian tamatan S1 sebanyak 5 orang (6,1%) dan yang paling sedikit tidak sekolah sebanyak 3 orang (3,7%).

Variabel Penelitian

Tabel 3. Distribusi Frekuensi variabel penelitian

Variabel Penelitian	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Self Management Behavior		
- Baik	58	70,7
- Sedang	21	25,6
- Buruk	3	3,7
Jumlah	82	100,0
Self Efficacy		
- Baik	67	81,7
- Sedang	13	15,9
- Buruk	2	2,4
Jumlah	82	100,0
Resiliensi		
- Baik	67	81,7
- Sedang	12	14,6
- Buruk	3	3,7
Jumlah	82	100,0

Tabel 3 memaparkan bahwasanya kebanyakan subjek mempunyai *self management behavior* yang baik (70,7%), diikuti oleh *self management behavior* sedang (25,6%) dan buruk (3,7%). Pola serupa juga terlihat pada *self efficacy* dan resiliensi, di mana mayoritas responden memiliki *self efficacy* yang baik (81,7%) dan resiliensi yang baik (81,7%), dengan proporsi yang lebih rendah untuk kategori sedang dan buruk.

Analisis Bivariat

Tabel 4. Analisis Hubungan antara *Self Management Behavior* dengan Resiliensi

		<i>Self Management Behavior</i>			Total	r	p
		Baik	Sedang	Buruk			
Resiliensi	Baik	2	4	52	58	0,595	0,017
	Sedang	1	7	13	21		
	Buruk	0	1	2	3		
Total		3	12	67	82		

Tabel 4 menggambarkan hasil analisis yang memperlihatkan adanya korelasi signifikan diantara *self management behavior* dan resiliensi, dengan bobot p 0,017 ($<0,05$). Hasil uji diperoleh nilai r 0,595, hasil ini bermakna kekuatan hubungan diantara kedua variabel ialah sedang. Arah hubungan yang positif menjelaskan bahwa semakin baik kemampuan seseorang dalam mengelola dirinya sendiri, maka semakin baik pula kemampuan resiliensinya.

Tabel 5. Analisis Hubungan antara *Self Efficacy* dengan Resiliensi

		<i>Self Efficacy</i>			Total	r	p
		Baik	Sedang	Buruk			

	Baik	1	5	61	67		
Resiliensi	Sedang	2	7	4	13	0,803	0,002
	Buruk	0	0	2	2		
Total		3	12	67	82		

Tabel 5 menunjukkan bahwa hasil uji diperoleh nilai p 0,002 ($<0,05$), nilai tersebut memperlihatkan bahwasanya ada korelasi yang signifikan diantara *self efficacy* dengan resiliensi. Hasil uji diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,803, hasil ini bermakna hubungan antar kedua variabel adalah sangat kuat. Arah hubungan yang positif menjelaskan bahwasanya semakin baik keyakinan diri seseorang, maka semakin baik pula kemampuan resiliensinya.

Self efficacy memiliki hubungan lebih kuat dengan resiliensi dibandingkan *self management behavior* karena *self efficacy* merupakan faktor psikologis inti yang menentukan bagaimana seseorang menghadapi tantangan dan stress. *Self efficacy* berperan sebagai fondasi psikologis yang lebih kuat dalam membangun resiliensi, sementara *self management behavior* lebih berkaitan dengan keterampilan praktis yang mendukung keberlanjutan perilaku positif.

3.2. Pembahasan

Karakteristik Responden

Mengacu pada tabel 1 dipahami bahwasanya rata-rata umur subjek ialah 51,60 tahun. Hasil riset berikut selaras dengan riset yang dijalankan oleh Simorangkir et al (2021) yang memaparkan bahwasanya mayoritas subjek yang melakukan hemodialisa berusia diatas 50 tahun, yaitu sebanyak 50,8% [13]. Menurut penelitian Rachmawati & Marfianti (2020) mayoritas pasien hemodialisa berusia antara 46-65 tahun, dengan proporsi sebesar 61,4% [14]. Jumlah nefron pada ginjal menurun seiring bertambahnya usia. Semakin tua, kemampuan regenerasi nefron juga menurun, bahkan tidak dapat melakukan regenerasi secara efektif. Hal ini berdampak pada penurunan fungsi ginjal yang signifikan seiring dengan proses penuaan. Selain itu, hasil data diatas juga mengungkapkan bahwasanya rata-rata durasi hemodialisa yang dijalani oleh responden adalah 18,13 bulan. Rentang waktu hemodialisa yang dijalani oleh responden bervariasi, mulai dari minimum 6 bulan hingga maksimum 120 bulan. Semakin lama pasien menjalani hemodialisa, mereka biasanya lebih patuh dan mempunyai kemampuan manajemen diri yang lebih baik. Hal ini disebabkan oleh proses penerimaan dan pendidikan kesehatan yang diterima dari tenaga kesehatan, sehingga pasien lebih memahami pentingnya menjalani hemodialisa secara teratur [15].

Hasil analisis pada Tabel 2 menunjukkan bahwasana kebanyakan subjek ialah wanita, yakni sejumlah 48 individu (58,5%), sementara subjek pria sejumlah 34 individu (41,5%). Perbedaan ini diduga terkait dengan perbedaan rasio kreatinin dan albumin antara pria dan wanita, di mana wanita cenderung memiliki rasio yang lebih tinggi, serta penurunan laju filtrasi glomerulus (GFR) yang lebih cepat. Data menunjukkan bahwa perempuan memiliki penurunan GFR sebesar 7,6%, sedangkan laki-laki sebesar 5,4% [14]. Temuan riset berikut selaras dengan hasil studi terdahulu yang dijalankan oleh Primasari dan Dara (2022), yang memaparkan bahwasanya mayoritas pasien hemodialisa adalah wanita, dengan proporsi sebesar 57,8% [16]. Namun, hasil riset berikut tidak sejalan dengan temuan studi sebelumnya yang dijalankan oleh Simorangkir et al. (2021), yang memaparkan bahwasanya mayoritas pasien hemodialisa adalah laki-laki, dengan proporsi sebesar 55,4% [13]. Perbedaan ini menunjukkan bahwa hasil penelitian dapat bervariasi tergantung pada konteks dan populasi yang diteliti. Selain itu, mungkin disebabkan juga oleh perbedaan gaya hidup, seperti konsumsi kopi dan

merokok yang lebih umum dilakukan oleh laki-laki, yang dapat meningkatkan risiko hipertensi dan gagal ginjal kronis.

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwasanya kebanyakan subjek pada riset berikut mempunyai latar belakang pendidikan dasar, dengan 33 orang (40,2%) merupakan lulusan SD. Diikuti oleh lulusan SLTA/SMA sebanyak 29 orang (35,6%), lulusan SLTP/SMP sejumlah 12 individu (14,6%), lulusan S1 sejumlah 5 individu (6,1%), dan yang paling sedikit ialah subjek yang tidak sekolah sejumlah 3 individu (3,7%). Temuan penelitian Shafriansyah et al. (2023) mengungkapkan bahwasanya pasien dengan latar belakang pendidikan yang lebih tinggi cenderung mempunyai pemahaman yang lebih baik mengenai kondisi kesehatan mereka dan cara mengelolanya. Hal ini dapat berdampak pada perlambatan progresivitas penyakit dan penurunan risiko komplikasi, sehingga meningkatkan kualitas hidup pasien [17].

Variabel Penelitian

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa sebagian besar responden memiliki perilaku *self management behavior* yang baik, dengan jumlah 58 orang (70,7%). Kemudian, diikuti oleh responden dengan perilaku *self management behavior* sedang sebanyak 21 orang (25,6%), dan yang paling sedikit adalah responden dengan perilaku *self management behavior* buruk sebanyak 3 orang (3,7%). Dengan melakukan perilaku *self management behavior* yang efektif, pasien dapat merasakan peningkatan kepuasan hidup, meningkatkan rasa percaya diri, dan meningkatkan kemandirian. Selain itu, *self management behavior* yang efektif juga dapat mengurangi biaya perawatan dan meningkatkan kualitas hidup pasien secara keseluruhan [6].

Temuan riset berikut selaras dengan hasil studi terdahulu yang dijalankan oleh Kintan et al. (2023) di RS Telogorejo, yang menunjukkan bahwa mayoritas pasien hemodialisa memiliki perilaku *self management behavior* yang baik, dengan proporsi sebesar 47,3%. Selain itu, hasil ini juga selaras dengan riset Astuti et al. (2021), yang menemukan bahwasanya kebanyakan respondennya yang menjalani hemodialisa memiliki perilaku *self management behavior* yang baik, dengan proporsi sebesar 51%. Pasien dengan *self management behavior* yang baik dapat mengelola penyakit kronis mereka secara efektif melalui perilaku patuh seperti mengikuti pola makan seimbang, minum obat secara teratur, melakukan pemeriksaan kesehatan rutin, dan berolahraga secara teratur. Sebaliknya, pasien dengan *self management behavior* yang buruk cenderung tidak patuh dan tidak mampu mengelola penyakit mereka sendiri.

Pada saat peneliti melakukan penelitian di ruang hemodialisa RSI Sultan Agung Semarang, terdapat beberapa pasien yang mengalami edema pada kakinya. Hal tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat beberapa pasien yang asupan cairannya masih melebihi batas yang dianjurkan oleh dokter. Pasien hemodialisa memiliki batasan dalam mengkonsumsi kalium, salah satu buah dengan kandungan kalium tinggi adalah buah pisang, namun masih terdapat beberapa pasien masih memakan buah pisang, terutama saat mengonsumsi obat. Sebagian besar pasien telah membersihkan tempat tusukan (akses cimino) sebelum melakukan hemodialisa dan mereka juga mengomunikasikan kendala yang dihadapi dengan tenaga kesehatan.

Hasil riset memaparkan bahwasanya kebanyakan responden mempunyai tingkat *self efficacy* yang baik, yakni sejumlah 67 individu (81,7%). Disusul oleh subjek dengan taraf *self efficacy* sedang sejumlah 13 individu (15,9%), dan yang paling sedikit ialah subjek dengan taraf *self efficacy* buruk sejumlah 2 individu (2,4%). Hasil riset berikut selaras dengan riset yang dijalankan oleh Patmawati et al (2021) di RSUD Majene, yang memaparkan bahwasanya kebanyakan respondennya mempunyai taraf *self efficacy* yang baik, dengan proporsi sebesar 68,8% [10]. Taraf *self efficacy* yang baik memiliki peran

vital dalam memulai dan mempertahankan perilaku kesehatan. Sehingga, diyakini bahwa orang dengan *self efficacy* yang baik dalam perilaku kesehatan dapat mengalami perbaikan kesehatan, peningkatan perilaku sehat, dan kualitas hidup yang lebih baik. [11].

Sebagian besar pasien yang melakukan hemodialisa di RSI Sultan agung Semarang mengatakan bahwa mereka sudah dapat menerima kondisinya saat ini. Namun, terdapat beberapa pasien baru yang mengaku masih belum terbiasa karena masih baru menjalani hemodialisa. Banyak pasien yang saling bercerita dan bertukar informasi mengenai penyakitnya dan pengalamannya selama menjalani hemodialisa, terutama kepada pasien yang baru menjalani hemodialisa. Interaksi tersebut dapat berdampak positif karena dapat membantu pasien baru merasa lebih didukung, mengurangi perasaan kesepian dan secara bertahap dapat membantu mereka menerima kondisi mereka saat ini.

Temuan penelitian ini juga mengungkapkan bahwa kebanyakan subjek mempunyai taraf resiliensi yang baik, dengan jumlah 67 individu (81,7%). Disusul oleh subjek dengan taraf resiliensi sedang sejumlah 12 individu (14,6%), dan yang paling sedikit ialah subjek dengan taraf resiliensi buruk sejumlah 3 individu (3,7%). Temuan riset berikut selaras dengan riset yang dijalankan oleh Huda et al. (2023) di RSUD Dr. R. Soedarsono, yang menunjukkan bahwa mayoritas respondennya memiliki resiliensi yang baik sebanyak 64% [18]. Seseorang dengan resiliensi yang baik memiliki keyakinan untuk pulih dan berusaha menjalani hidup dengan optimal. Resiliensi yang baik juga mencerminkan kualitas hidup yang tinggi dan dapat meningkatkan kondisi kesehatan secara keseluruhan.

Banyak pasien hemodialisa di RSI Sultan Agung Semarang yang masih mampu bekerja dan menjalani aktivitas sehari-hari seperti biasa seperti melakukan pekerjaan rumah, antar jemput anak sekolah dan berjalan-jalan santai. Mereka merasa bahwa kondisinya saat ini tidak menjadi hambatan untuk tetap beraktivitas seperti saat masih sehat. Mereka juga tetap bisa bersosialisasi dengan lingkungan sekitar dan bercanda dengan sesama pasien hemodialisa. Namun berbeda dengan pasien baru, mereka lebih sering diam, murung, bingung dan takut akan kondisinya saat ini. Resiliensi dapat di tingkatkan melalui pengelolaan stress yang efektif, membangun hubungan yang saling mendukung, dan menerapkan pola pikir positif [19].

Hubungan antara *Self Management Behavior* dengan Resiliensi

Hasil analisis uji Gamma di dapatkan nilai p 0,017 ($<0,05$), nilai tersebut menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *self management behavior* dengan resiliensi. Koefisien korelasi sebesar 0,595 mengindikasikan bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut memiliki kekuatan korelasi sedang. Selain itu, arah korelasi yang positif menunjukkan bahwa peningkatan kualitas perilaku *self management behavior* akan diikuti oleh peningkatan tingkat resiliensi, sehingga semakin baik *self management behavior* seseorang, maka semakin baik pula resiliensinya. Perilaku manajemen diri yang efektif melibatkan kemampuan mengatur pikiran, emosi dan tindakan untuk mencapai tujuan tertentu. Dengan demikian, seseorang dapat meningkatkan resiliensinya dalam menghadapi penyakit kronis. Pasien dengan *self management behavior* yang baik cenderung memiliki kondisi fisik yang baik, mampu mengelola gejala, mematuhi rencana perawatan, dan mempertahankan gaya hidup sehat, sehingga memiliki resiliensi yang baik [20].

Penelitian yang dilakukan oleh Lia Herlina et al. (2023) di wilayah kerja Puskesmas Besuki mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara resiliensi dengan manajemen perawatan diri. Hasil analisis menunjukkan nilai p sebesar 0,000 ($<0,05$), yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan. Selain itu, koefisien

korelasi sebesar 0,694 mengindikasikan bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut memiliki kekuatan korelasi yang kuat [21]. Penelitian lain yang dilakukan oleh Damayanti et al (2020) di Puskesmas Silo II Jember juga menemukan adanya hubungan yang signifikan antara resiliensi dan manajemen diri, dengan nilai p 0,0001 ($<0,05$). Selain itu, koefisien korelasi sebesar 0,736 mengindikasikan bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut memiliki kekuatan korelasi yang kuat [22].

Dukungan keluarga juga memainkan peran penting dalam *self management behavior*. keluarga dapat memberikan bantuan emosional, informasi, dan motivasi yang diperlukan individu untuk mengelola kondisi kesehatannya secara efektif. Dukungan keluarga dapat meningkatkan pengetahuan, motivasi, dan kemampuan individu dalam mengambil keputusan kesehatan yang tepat. Bahkan, dukungan keluarga yang optimal dapat membantu individu dalam mengelola perilaku hidupsehat dan mencegah komplikasi penyakit [23]. Oleh karena itu, peran aktif keluarga dalam meningkatkan *self management behavior* dapat berkontribusi pada peningkatan resiliensi individu.

Hubungan antara *Self Efficacy* dengan Resiliensi

Hasil analisis uji Gamma di dapatkan nilai p 0,002 ($<0,05$) yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dengan resiliensi pada pasien hemodialisa di RSI Sultan Agung Semarang. Nilai r 0,803 menunjukkan bahwa kekuatan korelasi antara kedua variabel tersebut adalah sangat kuat. Selain itu, arah korelasi yang positif menunjukkan bahwa peningkatan *self efficacy* seseorang akan diikuti oleh peningkatan resiliensi, sehingga semakin baik *self efficacy*, maka semakin baik pula resiliensinya. Keyakinan diri (*self efficacy*) individu terhadap kemampuan mereka dalam menghadapi masalah memiliki hubungan positif yang kuat dengan resiliensi. Individu dengan *self efficacy* yang baik cenderung memiliki resiliensi yang baik pula. *Self efficacy* yang baik membantu individu menentukan strategi coping yang efektif, sehingga meningkatkan kemampuan adaptasi mereka terhadap situasi stress. Ketika pasien memiliki keyakinan diri yang kuat dan percaya pada kemampuan mereka untuk menghadapi masalah, mereka lebih mampu bertahan dalam kondisi yang paling sulit [21,24].

Penelitian yang dilakukan oleh Utama et al (2022) di Puskesmas Gianyar 1 mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dengan resiliensi, dengan p 0,002 ($<0,05$). Koefisien korelasi sebesar 0,531 menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut memiliki kekuatan korelasi sedang. Selain itu, arah korelasi yang positif menunjukkan bahwa peningkatan *self efficacy* akan diikuti oleh peningkatan resiliensi, sehingga semakin tinggi tingkat *self efficacy*, maka semakin tinggi pula resiliensinya [25]. Temuan serupa juga ditemukan dalam penelitian lain yang dilakukan oleh Zahra et al (2024) di RSUD Padang, yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dengan resiliensi, dengan p 0,000 ($<0,05$) [24].

Meningkatkan resiliensi pasien melalui intervensi berbasis *self efficacy* dapat dilakukan dengan Intervensi psikososial, seperti terapi kelompok dan terapi keluarga, bertujuan untuk meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi peristiwa kehidupan yang penuh stres, meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan, dan membantu manajemen diri penyakit. Intervensi ini juga dapat meningkatkan komunikasi yang lebih baik dan keterampilan coping, yang pada gilirannya meningkatkan kualitas hidup dan resiliensi pasien. Selain itu, dukungan sosial yang kuat, termasuk motivasi dan semangat dari keluarga, teman, atau tenaga kesehatan, dapat meningkatkan *self efficacy* pasien. Persuasi verbal berupa dukungan dan motivasi bahwa pasien mampu menjalani dan melewati tantangan kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan efikasi diri.

Pasien yang memiliki *self efficacy* tinggi cenderung lebih efektif dalam menghadapi stres akibat penyakit kronis dan prosedur hemodialisis dengan menggunakan strategi

koping yang lebih adaptif. Keyakinan diri mereka yang lebih kuat dalam mengatasi tantangan membuat mereka lebih mampu beradaptasi dengan perubahan dan tekanan. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Suwanti et al., menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dan kemampuan koping pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa [26]. Pasien dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi dalam mengelola kesehatan mereka cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik. Mereka lebih patuh pada rencana pengobatan dan memiliki pandangan yang lebih positif tentang masa depan, sehingga meningkatkan kemampuan mereka untuk menghadapi tantangan kesehatan. Faktor psikologis seperti dukungan emosional dan motivasi intrinsik memainkan peran penting dalam membentuk tingkat kepercayaan diri pasien. Pasien yang menerima dukungan sosial yang kuat dan memiliki keyakinan diri yang tinggi cenderung lebih mampu mengembangkan kemampuan menghadapi tantangan dalam menghadapi penyakit kronis.

Dengan demikian, *self efficacy* berperan dalam meningkatkan resiliensi pasien hemodialisis melalui mekanisme peningkatan strategi koping adaptif, kualitas hidup, dan pengaruh faktor psikologis yang mendukung keyakinan diri pasien dalam menghadapi tantangan kesehatan.

4. Kesimpulan

Bersumber hasil analisis data dalam riset berikut, kesimpulannya memaparkan bahwa ada korelasi yang bermakna diantara *self management behavior* dengan resiliensi, dengan bobot p senilai 0,017 ($<0,05$). Koefisien korelasi bernilai 0,595 memperlihatkan bahwasanya korelasi antara kedua variabel tersebut memiliki kekuatan korelasi sedang. Arah korelasi yang positif menunjukkan bahwa peningkatan kualitas perilaku *self management behavior* akan diikuti oleh peningkatan resiliensi. Selain itu, penelitian ini juga menemukan adanya korelasi yang bermakna diantara *self efficacy* dengan resiliensi, dengan bobot p senilai 0,002 ($<0,05$). Koefisien korelasi bernilai 0,803 menunjukkan bahwasanya korelasi diantara kedua variabel tersebut mempunyai kekuatan korelasi yang sangat kuat. Arah korelasi yang positif menunjukkan bahwa peningkatan *self efficacy* akan diikuti oleh peningkatan resiliensi. Responden dalam penelitian ini memiliki karakteristik dengan rata-rata usia 51,60 tahun, dan mayoritas berjenis kelamin perempuan (58,5%). Rata-rata menjalani hemodialisa selama 18,13 bulan, dan sebagian besar merupakan tamatan SD (40,2%). Hasil analisis memaparkan bahwasanya kebanyakan subjek mempunyai *self management behavior* yang baik (70,7%), serta *self efficacy* dan resiliensi yang baik masing-masing sebesar 81,7%.

Penulis berharap hasil penelitian ini dapat menjadi informasi bagi pasien, terutama pasien hemodialisa untuk dapat meningkatkan *self management behavior* (perilaku manajemen diri) dan *self efficacy* (keyakinan diri) sehingga dapat meningkatkan resiliensi atau daya tahan individu dalam menghadapi masalah yang ada. Terutama bagi pasien yang baru menjalani terapi hemodialisa, mereka harus beradaptasi dengan situasi dan kondisinya saat ini. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menjadi informasi bagi tenaga kesehatan, khususnya perawat agar dapat memberikan dukungan psikologis serta sosial kepada pasien serta memberikan edukasi terkait pentingnya manajemen diri pada pasien hemodialisa.

Daftar Pustaka

- [1] Febriani A, Bayhakki B, Nauli FA. Analisis Self-Management dan Aspek Psikososial Pasien Penyakit Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis: Literature Review. J Online Mhs 2020;7:10–9.
- [2] Riskesdas. Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. Lemb Penerbit Balitbangkes 2018.

- [3] Faizah MU, Sulastri. Efek Samping Tindakan Hemodialisis Pada Pasien Chronic Kidney Disease (Ckd) Dengan Aloe Vera Gel Maulida. *J Ilm Keperawatan Indones* 2021;5:75–82.
- [4] Utami IAA, Santhi DGDD, Lestari AAW. Prevalensi dan komplikasi pada penderita gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah Denpasar tahun 2018. *Intisari Sains Medis* 2020;11:1216–21. <https://doi.org/10.15562/ism.v11i3.691>.
- [5] Damanik C, . R. Self Management Behaviour Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa. *J Med Karya Ilm Kesehat* 2019;3:11–8. <https://doi.org/10.35728/jmkik.v3i2.42>.
- [6] Lestari NNKY, Saraswati NLGI. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Management Behavior Pada Penderita Hipertensi Primer. *J Ilmu Kesehat* 2023;14:123–30.
- [7] Moktan S, Leelacharas S, Prapaipanich W. Knowledge, Self-Efficacy, Self-Management Behavior of the Patients With Predialysis Chronic Kidney Disease. *Ramathibodi Med J* 2019;42:38–48. <https://doi.org/10.33165/rmj.2019.42.2.119901>.
- [8] Pradnyaswari LB, Rustika IM. Peran Dukungan Sosial dan Efikasi Diri terhadap Resiliensi Pasien Gagal Ginjal Kronik yang menjalani Terapi Hemodialisa di Bali. *J Psikol Udayana* 2020;1:67–76.
- [9] Antari GAA. Resiliensi Pada Pasien Hemodialisis: Studi Literatur. *Coping Community Publ Nurs* 2022;10:677. <https://doi.org/10.24843/coping.2022.v10.i06.p13>.
- [10] Patmawati, Yunding J, Harli K, Amin R M. Hubungan Self-efficacy dengan Self-management behaviour pada Pasien. *J Heal Educ Lit* 2021;4:6–12.
- [11] Welly W, Rahmi H. Self Efficacy Dengan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa. *J Keperawatan Abdurrah* 2021;5:38–44. <https://doi.org/10.36341/jka.v5i1.1791>.
- [12] Djaini G. Hubungan Mekanisme Koping Dengan Resiliensi Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa di RSUD Toto Kabila. *J Ilmu Kesehat Dan Gizi* 2023;1:127–35.
- [13] Simorangkir R, Andayani TM, Wiedyaningsih C. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Hidup Pasien Penyakit Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisis. *J Farm Dan Ilmu Kefarmasian Indones* 2021;8:83. <https://doi.org/10.20473/jfiki.v8i12021.83-90>.
- [14] Rachmawati A, Marfianti E. Karakteristik Faktor Risiko Pasien Chronic Kidney Disease (CKD) Yang Menjalani Hemodialisa Di RS X Madiun. *Biomedika* 2020;12:36–43. <https://doi.org/10.23917/biomedika.v12i1.9597>.
- [15] Sari SP, Az R. Hubungan Lama Hemodialisis dengan Kualitas Hidup Pasien Penyakit Ginjal Kronik di Ruang Hemodialisa Rumah Sakit Bhayangkara Kota Jambi Pendahuluan Penyakit ginjal kronik (GKK) merupakan perkembangan dari gagal ginjal akut yang progresif dan lambat yang 2020;3.
- [16] Primasari NA, Dara S. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa; Literature Review. *Pros Semin Nas Kesehat* 2022;1:82–90.
- [17] Shafriansyah H, Widiastih E, Noviasari NA, Riani RI. Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Tingkat Pendidikan Terhadap Derajat Kepatuhan Diet Pasien Pggk-Hd Di Rs Tugurejo Semarang. *J Ilmu Kedokt Dan Kesehat* 2023;10:1537–45. <https://doi.org/10.33024/jikk.v10i2.9240>.
- [18] Huda H, Suhartini T, Hs G. HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN EFIKASI DIRI DAN TINGKAT RESILIENSI PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE II DI RSUD Dr. R. SOEDARSONO KOTA PASURUAN. *J Ilmu Kesehat Mandira Cendikia* 2023;2:39–52.
- [19] Istiqomah N, Hadjam MNR, Yuniarti KW, Paramastri I, Thaha M. Peran Resiliensi, Positive Social Relationships, dan Health Belief terhadap Kesejahteraan Emosi Pasien Hemodialisis. *Pers J Ilmu Psikol* 2022;13:56–77. <https://doi.org/10.21107/personifikasi.v13i1.13958>.
- [20] Astuti P, Herawati T, Kariasa IM. Management Pada Pasien Hemodialisis. *J Univ Muhammadiyah Tasikmalaya* 2019;1:1–12.
- [21] Lia Herlina, Alwin Widhiyanto, Iin Aini Isnawati. Hubungan Resiliensi, Self Efficacy Dan Depresi Dengan Manajemen Perawatan Diri Pada Pasien Diabetes Mellitus Dengan Ganggren Di Wilayah Kerja Puskesmas Besuki Kabupaten Situbondo. *DIAGNOSA J Ilmu Kesehat Dan Keperawatan* 2023;1:264–88. <https://doi.org/10.59581/diagnosa-widyakarya.v1i4.1334>.
- [22] Damayanti IY, Widada W, Adi GS, Kesehatan FI, Jember UM, Diri M. HUBUNGAN RESILIENSI DENGAN MANAJEMEN DIRI PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TYPE II DI Di PUSKESMAS SILO II JEMBER 2020.
- [23] Dewi Rury Arindari, Rina Lestari. Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Manajemen Diri Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Alang-Alang Lebar Palembang. *J Kesehat J Ilm Multi Sci* 2019;9:1–7. <https://doi.org/10.52395/jkjims.v9i01.142>.
- [24] Zahra CA, Putri ZM, Murni D. HUBUNGAN SELF-EFFICACY DENGAN RESILIENSI PADA PERAWAT DI RSUD dr. RASIDIN PADANG. *J Kesehat Med Saintika* 2024;15:1. <https://doi.org/10.30633/jkms.v15i1.2586>.
- [25] Utama GY, Prapti NKG, Widyanthari DM. Hubungan Self Efficacy Dengan Resiliensi Pada Pasien Diabetes Melitus. *J Keperawatan* 2022;14:731–8.

- [26] Suwanti S, Yetty Y, Aini F. Hubungan Antara Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Mekanisme Koping Klien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa. J Keperawatan Jiwa 2019;5:29. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.29-39>.