

HUBUNGAN ANTARA SELF EFFICACY DAN PERILAKU MANAJEMEN DIRI TERHADAP KUALITAS HIDUP PADA PENDERITA JANTUNG KORONER

Anisa Fajar; Beti Kristinawati

Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstrak

Self-efficacy merupakan faktor penting dalam manajemen penyakit jantung koroner (PJK) karena memengaruhi kemampuan individu dalam mengelola kondisi kesehatan dan kualitas hidup. Penderita PJK dihadapkan pada berbagai tantangan, termasuk perubahan gaya hidup dan pengobatan yang kompleks, yang dapat berdampak pada kualitas hidup. Tingkat self-efficacy yang rendah dapat menurunkan kepatuhan terhadap perawatan, memperburuk kondisi, dan menurunkan kualitas hidup. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara self-efficacy dan perilaku manajemen diri dengan kualitas hidup pada penderita jantung koroner di RSUD dr. Moewardi. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan korelasional dan cross-sectional untuk menganalisis hubungan antara self-efficacy, perilaku manajemen diri, dan kualitas hidup pada penderita jantung koroner. Data dikumpulkan melalui kuesioner dari 287 sampel yang dipilih secara purposive sampling di RSUD dr. Moewardi. Analisis data dilakukan menggunakan uji statistik, termasuk analisis univariat dan bivariat untuk menguji hubungan antar variabel, dengan uji normalitas dan homogenitas untuk memastikan validitas data. Hasil penelitian ini pasien jantung koroner mayoritas berusia 46-65 tahun (30,3%) dan lebih banyak laki-laki (57,1%). Sebagian besar memiliki pendidikan SMA (32,6%). Sebanyak 58,7% pasien memiliki tingkat self-efficacy tinggi, 66,4% memiliki perilaku manajemen diri yang baik, dan 77,1% memiliki kualitas hidup yang baik. Tidak terdapat hubungan antara self-efficacy dan kualitas hidup ($\rho = 0,112$, $p = 0,058$), serta terdapat hubungan positif antara perilaku manajemen diri dan kualitas hidup ($\rho = 0,257$, $p = 0,000$). Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas sampel dan mengkaji faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi self-efficacy dan kualitas hidup pada penderita jantung koroner, seperti dukungan sosial dan kondisi psikologis.

Kata Kunci : Penyakit Jantung Koroner, Kualitas Hidup, Perilaku Manajemen Diri, Self Efficacy

Abstract

Self-efficacy is a crucial factor in managing coronary heart disease (CHD) as it influences an individual's ability to manage their health condition and quality of life. CHD patients face various challenges, including lifestyle changes and complex treatments, which can impact their quality of life. Low self-efficacy can reduce adherence to treatment, worsen the condition, and lower quality of life. This study aims to determine the relationship between self-efficacy and self-management behaviors with quality of life in coronary heart disease patients at RSUD Dr. Moewardi. The study employed a quantitative design with a correlational and cross-sectional approach to analyze the relationship between self-efficacy, self-management behaviors, and quality of life in CHD patients. Data were collected

through questionnaires from 287 samples selected by purposive sampling at RSUD Dr. Moewardi. Data analysis was conducted using statistical tests, including univariate and bivariate analyses to examine the relationships between variables, with normality and homogeneity tests to ensure data validity. The study results showed that most CHD patients were aged 46-65 years (30.3%) and predominantly male (57.1%). The majority had a high school education (32.6%). A total of 58.7% of patients had high self-efficacy, 66.4% demonstrated good self-management behaviors, and 77.1% had a good quality of life. There was no correlation between self-efficacy and quality of life ($\rho = 0.112$, $p = 0.058$), and a correlation between self-management behaviors and quality of life ($\rho = 0.257$, $p = 0.000$). Future research is recommended to expand the sample size and explore other factors that may affect self-efficacy and quality of life in CHD patients, such as social support and psychological conditions.

Keywords : Coronary Heart Disease, Quality of Life, Self-Management Behaviors, Self-Efficacy

1. PENDAHULUAN

Salah satu kondisi kardiovaskular yang paling umum dan berpotensi fatal di dunia adalah penyakit jantung koroner (Aryani, 2023). PJK merupakan masalah kesehatan serius yang memengaruhi banyak orang di Indonesia, termasuk mereka yang dirawat di rumah sakit. Kondisi kardiovaskular yang paling berbahaya dan berpotensi mematikan di dunia adalah penyakit jantung koroner (PJK) (Susanti, 2023). Dampak besar yang ditimbulkan oleh penyakit jantung koroner pada individu dan masyarakat secara keseluruhan, bahayanya tidak dapat dianggap mudah diatasi. Salah satu risiko utama yang terkait dengan penyakit jantung koroner adalah kemungkinan terjadinya *infark miokard*, atau serangan jantung. Jika bekuan darah atau plak aterosklerosis menyumbat arteri koroner yang memasok darah ke jantung, beberapa otot jantung dapat mati. Orang-orang dari segala usia, bahkan mereka yang sebelumnya tampak sehat, dapat mengalami serangan jantung secara tiba-tiba (Fatmawati, 2018).

Kualitas hidup seseorang merupakan komponen penting dari kesehatan mereka secara keseluruhan, dan orang dengan gagal jantung kongestif dapat mengalami dampak negatif yang signifikan pada kualitas hidup mereka (Shoufiah & Nuryanti, 2022). Dampak ini mencakup dampak psikologis seperti kecemasan dan depresi serta keterbatasan fisik, ketidaknyamanan, dan stres. *Self-efficacy* telah menjadi salah satu aspek penting dalam perubahan perilaku seseorang.

Menurut Bandura dalam Hendiarto dan Hamidah (2020) *self efficacy* memengaruhi bagaimana orang berpikir, merasa, memotivasi diri dan bertindak. Semakin kuat *self-efficacy* dimiliki dan ditanamkan dalam diri individu, maka akan semakin besar upaya yang dilakukan untuk

mengadopsi, mempertahankan dan meningkatkan perilaku kesehatan (Hendiarto, 2020). Dalam penelitian Sol, van der Graaf, van Petersen, dan Visseren tahun 2022, peningkatan *self-efficacy* memiliki keterkaitan dengan peningkatan gaya hidup kardiovaskular, yaitu yang berhubungan dengan aktivitas fisik dan pilihan makanan menjadi lebih baik pada pasien dengan penyakit vaskular (Sol, van der Graaf, van Petersen, & Visseren, 2022) Hendrianto dan Hamidah (2020), mengenai hubungan *self-efficacy* dengan perilaku sehat pada penderita jantung koroner, didapatkan kesimpulan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* dan perilaku sehat pada penderita jantung koroner. Hubungan ini bernilai positif yang artinya semakin tinggi *self-efficacy* pada penderita jantung koroner maka semakin tinggi pula tingkat perilaku sehat (Hendiarto, 2014). *Self-efficacy* yang tinggi dapat memengaruhi pasien mengambil keputusan dalam merubah gaya hidupnya menjadi lebih baik sehingga pasien mampu mengelola penyakitnya secara mandiri dan mengambil sikap untuk melakukan berbagai tindakan yang positif bagi dirinya

Beban kesehatan yang sangat besar yang ditanggung oleh penderita penyakit jantung koroner dapat berdampak besar pada kualitas hidup mereka. Penyedia layanan kesehatan dapat menciptakan intervensi yang lebih berhasil yang membantu pasien dalam mengelola kondisi mereka dengan memiliki pemahaman yang lebih baik tentang hubungan ini. Tingkat kualitas hidup pasien PJK dapat diprediksi dengan efikasi diri pasien itu sendiri, baik terhadap kualitas hidup jangka panjang ataupun jangka pendek. Efikasi diri memainkan peran yang cukup besar dalam sebuah perilaku kesehatan yang baik dan kondisi kesehatan yang baik dapat diperoleh dengan memiliki efikasi diri yang baik, hal tersebut dikarenakan efikasi diri dapat mempengaruhi motivasi, kognitif, dan perilaku seseorang untuk mencapai keadaan kualitas hidup dan kesehatan yang optimal.

Berdasarkan penelitian oleh Huang et al (2020) dalam Afandi dan kurniawan (2021) menyatakan bahwa kualitas hidup seseorang meningkat signifikan pada pasien yang memiliki efikasi diri yang bagus dan menjalani rutinitas sehari-hari karena tanpa adanya suatu beban. Individu yang memiliki efikasi diri yang rendah memiliki strategi koping yang berfokus pada emosi karena seseorang percaya tidak ada yang dapat dilakukan untuk mengubah situasi yang sedang mereka hadapi (Sutarinik, 2021).

Substansial terhadap pengetahuan tentang pengobatan penyakit jantung koroner. Untuk lebih memahami kompleksitas seputar penyakit jantung koroner dan strategi pengelolaan yang efektif, penelitian ini merupakan referensi yang berguna untuk penelitian masa depan di bidang ini. Lebih jauh lagi, penelitian ini dapat meningkatkan pengobatan komprehensif pasien dengan penyakit

jantung koroner. Profesional layanan kesehatan dapat menerapkan pendekatan yang lebih menyeluruh yang menangani berbagai kebutuhan pasien dengan mempertimbangkan faktor perilaku dan psikologis dalam rencana pengobatan.

Mengingat konteks dan fenomena di atas, peneliti termotivasi untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Antara *Self Efficacy* dan Perilaku Manajemen Diri Terhadap Kualitas Hidup Pada Penderita Jantung Koroner”.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif yang bersifat korelasional dan *cross-sectional*. Pendekatan korelasional digunakan untuk menganalisis hubungan antara variabel *self-efficacy*, perilaku manajemen diri, dan kualitas hidup pada penderita jantung koroner. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei-Juli 2024. Jumlah populasi pasien PJK periode September 2022-September 2023 sebanyak 1.013 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *purposive sampling*. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah pasien di Poli Jantung RSUD dr. Moewardi. Adapun sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 287 orang yang dihitung dengan menggunakan rumus Slovin.

Instrument penelitian menggunakan kuesioner *self efficacy* dengan menggunakan GSE (*General Self Efficacy*), kuesioner perilaku manajemen diri dengan menggunakan SCHFI (*Self Care of Heart Failure Index*), dan kuesioner kualitas hidup menggunakan WHOQOL BREF

Alur penelitian dimulai tahap pra penelitian meliputi: koordinasi dengan bidang penelitian RSUD dr. Moewardi mengenai tujuan, prosedur dan izin penelitian. Dilanjutkan dengan tahap pelaksanaan penelitian meliputi : koordinasi dengan bagian penelitian RSUD dr. Moewardi untuk penerbitan Ethical Clearance, penyebaran kuesioner dengan cara mendatangi satu persatu pasien untuk meminta kesediannya mengisi lembar kuesioner. Diakhiri tahap pasca penelitian meliputi: Pencatatan dan pengecekan dari hasil pengambilan data dan Pengolahan dan analisis data dengan menggunakan program SPSS.

3. HASIL] DAN PEMBAHASAN

3.1 Analisa Univariat

3.1.1 Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n= 287)

Karakteristik Responden	Jumlah	Presentase (%)
Usia		
18-25	52	18,1
26-35	73	25,5
36-45	75	26,1
46-65	87	30,3
Jenis kelamin		
Laki-laki	164	57,1
Perempuan	123	42,9
Pendidikan		
SD	58	20,2
SMP	76	26,3
SMA	94	32,6
S1	35	12,5
S2	24	8,4
Pekerjaan		
Ibu rumah tangga	83	28,9
Buruh	58	20,2
Swasta	34	11,8
PNS	46	16,0
Wirawasta	66	23,0

Berdasarkan tabel karakteristik responden, 18,1% pasien berusia 18-25 tahun, 25,5% berusia 26-35 tahun, 26,1% berusia 36-45 tahun, dan 30,3% berusia 46-65 tahun, dengan frekuensi tertinggi pada kelompok usia 46-65 tahun sebanyak 87 pasien. Dari jenis kelamin, 57,1% pasien adalah laki-laki (164 pasien) dan 42,9% adalah perempuan (123 pasien), menunjukkan bahwa lebih banyak laki-laki yang menderita penyakit jantung koroner dibandingkan perempuan. Berdasarkan tingkat pendidikan, mayoritas pasien berpendidikan SMA (32,6%), diikuti oleh SMP (26,3%), SD (20,2%),

S1 (12,5%), dan S2

(8,4%). Dari segi pekerjaan, sebagian besar pasien adalah ibu rumah tangga (28,9%), diikuti oleh wiraswasta (23,0%), buruh (20,2%), PNS (16,0%), dan pegawai swasta (11,8%).

3.1.2 *Self Efficacy*

Tabel 2. Distribusi Frekuensi *Self efficacy*

<i>Self Efficacy</i>	Jumlah	Presentase (%)
Rendah	119	41,3
Tinggi	168	58,7
Total	287	100,0

Tabel menunjukkan bahwa sebagian besar (58,7%) penderita jantung koroner memiliki tingkat *Self efficacy* yang tinggi. Namun, masih ada 41,3% penderita yang memiliki tingkat *Self efficacy* yang rendah.

3.1.3 Perilaku Manajemen Diri

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Perilaku Manajemen Diri

Perilaku Manajemen Diri	Jumlah	Presentase (%)
Kurang baik	96	33,6
Baik	191	66,4
Total	287	100,0

Tabel menunjukkan bahwa sebagian besar (66,4%) penderita jantung koroner memiliki perilaku manajemen diri yang baik. Namun, masih ada 33,6% penderita yang memiliki perilaku manajemen diri yang kurang baik. Hal ini perlu mendapat perhatian agar kualitas hidup mereka dapat ditingkatkan.

3.1.4 Kualitas Hidup

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup

Kualitas Hidup	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	221	77,1
Buruk	66	22,9
Total	287	100,0

Tabel menunjukkan bahwa sebagian besar (77,1%) penderita jantung koroner memiliki kualitas hidup yang baik. Namun, masih ada 22,9% penderita yang memiliki kualitas hidup yang buruk.

3.2 Analisis Bivariat

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan koefisien korelasi Rank Spearman (r_s). Metode ini digunakan untuk menguji hubungan antara dua atau lebih variabel independen dengan sebuah variabel dependen yang berskala data ordinal. Hasil uji koefisien korelasi Rank Spearman antara masing-masing variabel independen dengan variabel dependen disajikan pada tabel-tabel berikut:

Tabel 5. Hubungan *Self efficacy* dengan Kualitas Hidup

Self Efficacy	Kualitas Hidup						p value
	Baik		Buruk		Jumlah		
	N	(%)	N	(%)	N	(%)	
Rendah	82	37	37	56	119	41	0.058
Tinggi	139	63	29	44	168	59	
Total	221	100	66	100	287	100	

Nilai p value = 0.058, dimana hasil menunjukkan p value $>0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara *Self efficacy* dan Kualitas Hidup.

Tabel 6. Hubungan Perilaku Manajemen Diri dengan Kualitas Hidup

Perilaku Manajemen Diri	Kualitas Hidup						p value
	Baik		Buruk		Jumlah		
	N	(%)	N	(%)	N	(%)	
Kurang baik	51	23	45	68	96	33	0.001
Baik	170	77	21	32	191	67	
Total	221	100	66	100	287	100	

Nilai p value = 0.001, dimana hasil menunjukkan p value $<0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan terdapat hubungan positif antara Perilaku Manajemen Diri dan Kualitas Hidup.

3.2 Pembahasan

3.2.1 Hubungan *Self-Efficacy* Terhadap Kualitas Hidup Penderita Jantung Koroner di RSUD dr. Moewardi

Penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan antara *self efficacy* dan kualitas hidup. Efikasi diri tidak hanya memengaruhi perilaku yang berkaitan dengan pemeliharaan kesehatan, tetapi juga sikap pasien dengan penyakit kronis. Mereka yang memiliki efikasi diri yang rendah biasanya menunjukkan kurangnya komitmen terhadap tujuan mereka (Susanti & Pramana, 2020). Beberapa faktor yang mempengaruhi efikasi diri antara lain usia, tingkat pendidikan, dan durasi penyakit

kronis (Sa'adah, 2017).

Semakin tinggi self efficacy yang dimiliki suatu individu maka akan semakin baik pula kualitas hidupnya. Seseorang dengan self efficacy yang tinggi dapat meningkatkan kepercayaan diri mereka untuk melakukan gaya hidup yang sehat dan konsisten dalam setiap tantangan yang ada. (Baiq, 2021)

Penelitian ini menunjukkan bahwa self efficacy dapat mempengaruhi pola hidup penderita PJK. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain yaitu berupa pengalaman keberhasilan pengobatan sebelumnya, pengalaman keberhasilan orang lain, persuasi verbal dan kondisi fisiologis pasien.

3.2.2 Hubungan Perilaku Manajemen Diri Terhadap Kualitas Hidup Penderita Jantung Koroner di RSUD dr. Moewardi

Penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif antara perilaku manajemen diri dan kualitas hidup. Korelasi positif bahwa perilaku manajemen diri sangat penting untuk meningkatkan perilaku manajemen diri yang baik.

Kemudian penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Aan Nuraeni dkk (2016) penyakit jantung koroner dapat mempengaruhi kualitas hidup penderita jantung koroner sehingga dengan melakukan self manajemen penderita dapat melakukan relaksasi agar tidak mengalami kecemasan ataupun depresi.

Dengan manajemen diri penderita jantung koroner dapat mematuhi jadwal pengobatannya, dapat mengatur pola makannya agar lebih baik dan dapat menghindari gaya hidup yang tidak baik. Dengan demikian penderita jantung koroner dapat meminimalisir penyakit jantung koroner agar tidak kembali terjadi. Hasil penelitian ini mengidentifikasi bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara self efficacy jantung dan kualitas hidup pada pasien PJK (Aya Barham dkk, 2020).

Pada penelitian ini perilaku manajemen diri pasien berada pada tingkat menengah, dengan melakukan manajemen pengobatan yang lebih baik. Dapat membantu proses penyembuhan pada penderita jantung koroner.

4. PENUTUP

4.1. Kesimpulan

1. Mayoritas pasien dengan penyakit jantung koroner berusia antara 46-65 tahun, berjenis kelamin laki-laki, dan pendidikan terakhir SMA
2. Mayoritas penderita jantung koroner memiliki tingkat self-efficacy yang tinggi,

perilaku manajemen diri yang baik , dan kualitas hidup yang baik

3. Secara spesifik, tidak terdapat hubungan antara *Self efficacy* dan Kualitas Hidup, serta terdapat hubungan positif antara Perilaku Manajemen Diri dan Kualitas Hidup.

4.2. Saran

1. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan pendekatan keperawatan yang lebih komprehensif, khususnya dalam meningkatkan self- efficacy pasien sebagai bagian dari manajemen kesehatan sehari-hari.
2. Implementasi hasil penelitian ini dapat membantu perawat dalam memberikan intervensi yang lebih efektif, terutama dalam meningkatkan self-efficacy pasien sehingga mereka lebih mandiri dalam mengelola kesehatannya.
3. Penelitian berikutnya bisa menggali lebih dalam tentang intervensi yang paling efektif dalam meningkatkan self-efficacy dan dampaknya pada kualitas hidup pasien jantung koroner, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang.

DAFTAR PUSTAKA

- Aryani, W. (2023). Hiperlipidemi, Hiperglikemi, Dan Hipertensi Sebagai Faktor Prediktor Penyakit Jantung Koroner Studi Observasi Analitik Pada Pasien Obesitas Sentral Di Rumah Sakit Bhayangkara Prof. Awaluddin Djamin Semarang Jawa Tengah. Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Bandura. (2020). *Self-Efficacy: The exercise of control*. New York: W. H. Freeman
- Fatmawati. (2018). Identifikasi Karakteristik Penyakit Jantung Koroner di Poli Klinik Jantung RSUD Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara.
- Hendiarto, Y. (2020). Hubungan antara self-efficacy dengan perilaku sehat pada penderita jantung koroner. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 89 03(02), 85–89.
- Huang, L., Li, L., Zhang, Y., Li, H., Li, X., Wang, H. (2020). Self Efficacy, Medication Adherence and Quality of Life Among People Living with HIV in Human Province of China: A Questionnaire Survey. *Journal of the Association of Nurses in AIDS Care*, Vol. 24, No. 2
- Shoufiah, N., & Nuryanti, N. S. (2022). Faktor-Faktor Penentu Kualitas Hidup Pasien Jantung Koroner. *Jejak Pustaka*.
- Sol, B. G. M., van der Graaf, Y., van Petersen, R., & Visseren, F. L. J. (2011). The effect of self-efficacy on cardiovascular lifestyle. *European Journal of Cardiovascular Nursing*, 10(3), 180–186. <https://doi.org/10.1016/j.ejcnurse.2010.06.005>
- Susanti. (2023). Hubungan Kadar Interleukin 6 (IL-6) dengan Kadar Small Dense-Low Density Lipoprotein (sd-

LDL) pada Pasien Penyakit Jantung Koroner (PJK). Penerbit NEM.

Sutarinik, S., Pitayanti, A dan Maunaturrohmah. (2021). Hubungan Efikasi Diri (Self Efficacy) dengan Problem Focussed Coping Pasien Hipertensi. Nursing Journal of STIKES Insan Cendekia Medika Jombang, Vol. 13,