



Peran Perawatan Diri sebagai Mediator antara Efikasi Diri dan Kualitas Hidup pada Pasien GERD (*Gastroesophageal Reflux Disease*)

The Role of Self-Care as A Mediator between Self-Efficacy and Quality of Life in GERD (Gastroesophageal Reflux Disease) Patients

Raden Rara Indahria Sulistyarini*, Devi Rika Susanti, dan Hafiz Alfairuz

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta, Indonesia

*Email: 033200101@uii.ac.id

Abstrak

GERD adalah suatu kondisi kronis yang dapat menurunkan kualitas hidup pasien, terutama jika tidak dikelola dengan baik. Dua faktor penting yang memengaruhi kualitas hidup pada pasien GERD adalah efikasi diri dan perawatan diri. Namun, bagaimana efikasi diri memengaruhi kualitas hidup melalui mekanisme perawatan diri masih memerlukan pemahaman yang lebih mendalam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran perawatan diri sebagai mediator antara efikasi diri dengan kualitas hidup pada pasien GERD (*Gastroesophageal Reflux Disease*). Subjek dalam penelitian ini berjumlah 152 subjek yang terdiri dari 24 laki-laki dan 128 perempuan yang berusia di atas 18 tahun dan telah didiagnosis GERD oleh dokter minimal 6 bulan setelah mendapat diagnosa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, model hubungan dalam penelitian ini yaitu tiga variabel yang dianalisis dengan analisis mediasi. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala *World Health Organization Quality of Life (WHOQOL-BREF)*, *Generalized Self-Efficacy Scale (GSES)* dan *Denyes Self Care Agency Instrument (DSCAI-90)*. Analisis dalam penelitian ini menggunakan bantuan aplikasi statistik JASP versi 0.18.3.0. Efikasi diri memiliki efek tidak langsung terhadap kualitas hidup (*indirect effect* = 0,271, 95% *CI* = [0,128, 0,415], $p < 0.01$) melalui perawatan diri sebagai mediator. Adapun implikasi dari penelitian ini adalah dapat membantu para tenaga kesehatan untuk mengevaluasi faktor-faktor yang berpengaruh terhadap kualitas hidup pasien GERD. Lebih jauh, hasil penelitian ini bisa memberikan berbagai alternatif tritmen yang tepat untuk pasien GERD dengan memperhatikan efikasi dan perawatan diri sebagai faktor yang berperan dalam peningkatan kualitas hidup pada pasien GERD.

Kata Kunci: efikasi diri, kualitas hidup, pasien GERD, perawatan diri

Abstract

GERD is a chronic condition that can decrease the quality of life of patients, especially if the disease is not managed properly. Two important factors that affect the quality of life in GERD patients are self-efficacy and self-care, but how self-efficacy affects the quality of life through self-care mechanisms still requires a deeper understanding. This study aims to determine the role of self-care as a mediator between self-efficacy and quality of life in GERD (Gastroesophageal Reflux Disease) patients. The subjects in this study were 152 subjects, consisting of 24 men and

128 women who were over 18 years old and had been diagnosed with GERD by a doctor at least 6 months after receiving the diagnosis. This study uses a quantitative approach; the relationship model in this study is three variables analyzed by mediation analysis. Data collection was carried out using the World Health Organization Quality of Life (WHOQOL-BREF) scale, the Generalized Self-Efficacy Scale (GSES), and the Denyes Self Care Agency Instrument (DSCAI-90). The analysis in this study used the help of the JASP statistical application version 0.18.3.0. Self-efficacy has an indirect effect on quality of life (indirect effect = 0.271, 95% CI = [0.128, 0.415], $p < 0.01$) through self-care as a mediator. The implications of this study are that it can help health workers to evaluate factors that influence the quality of life of GERD patients. Furthermore, the results of this study can provide various alternative treatments that are right for GERD patients by considering efficacy and self-care as factors that play a role in improving the quality of life in GERD patients.

Keywords: GERD patients, quality of life, self-care, self-efficacy

1. PENDAHULUAN

Gastroesophagal reflux disease (GERD) adalah suatu kondisi patologis yang umum terjadi di masyarakat, terutama pada orang dewasa. GERD terjadi ketika isi lambung naik kembali ke esofagus, menyebabkan gejala khas seperti sensasi terbakar di perut bagian atas (*heartburn*), refluks asam yang membuat mulut terasa pahit, mual, dan kesulitan menelan. Jika tidak ditangani, GERD dapat menyebabkan kerusakan pada esofagus, termasuk komplikasi serius seperti esofagus Barrett. Cedera pada selaput lendir esofagus yang berulang akibat paparan asam lambung dapat memperburuk kondisi ini dalam jangka panjang (Ajjah dkk., 2020). Penyakit ini tidak hanya menyebabkan gejala yang signifikan secara klinis, tetapi juga berdampak negatif terhadap kualitas hidup penderita prevalensi GERD di Indonesia telah menyentuh angka 27,4% (Suherman dkk., 2021). Dalam penelitian yang dilakukan Varid (2020), disebutkan bahwa prevalensi kasus GERD di Indonesia cukup tinggi yaitu sebanyak 30.154 kasus (4,9%), 72 pasien GERD antara oktober 2019 sampai januari 2020 di ruang perawatan Cendrawasih Bawah (Patala dkk., 2021), serta empat juta kasus pada 2021 (Ashadi, 2021).

Menurut Tarigan dan Pratomo (2019), GERD tidak hanya memengaruhi esofagus tetapi juga laring dan saluran napas, yang pada akhirnya dapat memperburuk kondisi klinis pasien. Ketidaknyamanan yang disebabkan oleh GERD, jika tidak dikendalikan, dapat berdampak signifikan terhadap kualitas hidup seseorang. Kualitas hidup dapat diartikan sebagai pandangan individu terhadap kedudukan mereka dalam konteks budaya dan sistem nilai kehidupan di lingkungan di mana mereka tinggal, serta bagaimana hal itu berkaitan dengan tujuan, harapan, standar, dan keinginan mereka (WHO, 2012).

Studi yang dilakukan oleh Tandarto (2020) dan Mile (2020) menunjukkan bahwa kegagalan dalam menangani GERD secara efektif dapat mengakibatkan kekambuhan yang signifikan, yang pada akhirnya berpotensi menurunkan kualitas hidup penderitanya. Umam dkk. (2020) menegaskan bahwa penurunan kualitas hidup ini dapat memperburuk perjalanan penyakit, terutama jika disertai dengan masalah psikologis. Selain itu, gangguan metabolisme yang disebabkan oleh stres hormonal atau komplikasi lanjutan dapat memperburuk kondisi secara menyeluruh. Penelitian oleh Derang dkk. (2024) lebih lanjut mengungkapkan bahwa kualitas hidup yang rendah tidak hanya mengurangi efektivitas perawatan diri tetapi juga menghambat pengendalian penyakit kronis dan meningkatkan risiko komplikasi yang lebih serius.

Hidayati dkk. (2022) menegaskan bahwa GERD dapat secara signifikan mengurangi kualitas hidup penderita, dan jika tidak ditangani dengan tepat, kondisi ini dapat berkembang menjadi komplikasi yang lebih serius seperti esofagitis, esofagus Barrett, dan kanker esofagus. Selain itu, Panggabean dkk. (2023) mencatat bahwa dampak GERD terhadap kualitas hidup sangat luas, mencakup aspek sosial, fisiologis, dan psikologis pasien. Turunnya kualitas hidup ini dapat diamati pada aspek sosial, fungsional, kesehatan mental, nyeri pada tubuh, dan kesehatan secara umum. GERD diketahui berpengaruh pada masalah kesehatan mental, fisik dan sosial penderitanya. Hal tersebut merupakan bagian dari aspek-aspek kualitas hidup. Aspek fisik meliputi kegiatan sehari-hari, penyalahgunaan obat-obatan, perawatan medis, energi dan kelelahan, serta sakit atau ketidaknyamanan. Aspek psikologis meliputi tuntutan eksternal dan internal, sedangkan aspek hubungan sosial antara lain hubungan pribadi, dukungan sosial, dan aktivitas seksual (Tobing, 2022).

Individu yang menderita GERD memerlukan dukungan internal berupa efikasi diri untuk dapat mencapai kualitas hidup yang baik. Teori efikasi awalnya diperkenalkan oleh Albert Bandura dengan menyoroti peran belajar, pengalaman sosial yang saling memengaruhi dalam perkembangan kepribadian (Lianto, 2019). Menurut Bandura (1997), efikasi diri adalah kepercayaan individu terhadap kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan langkah-langkah yang diperlukan untuk menyelesaikan suatu tugas. Konsep ini termasuk dalam teori kognitif sosial dan mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat efikasi diri, semakin kuat keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk berhasil. Individu dengan efikasi diri rendah cenderung mengurangi usaha atau menyerah dalam menghadapi situasi sulit, sementara individu dengan efikasi diri tinggi memiliki ketahanan untuk menghadapi tantangan. Oleh karena itu, efikasi diri sangat penting dalam usaha peningkatan kualitas hidup pada pasien GERD (Rohmawati dkk., 2023), meskipun tidak semua pasien memiliki tingkat efikasi diri yang baik.

Dalam banyak penelitian, ditemukan bahwa efikasi diri memiliki pengaruh positif terhadap kualitas hidup (Gao dkk., 2024; Tores dkk., 2023). Namun, beberapa studi lain mengungkapkan bahwa efikasi diri tidak secara langsung berkorelasi dengan kualitas hidup sebagai faktor tunggal (Bravo, 2020; Striberger, 2023). Hasil penelitian tersebut mendorong hipotesis bahwa terdapat faktor lain yang memediasi hubungan antara efikasi diri dan kualitas hidup, salah satunya adalah perawatan diri. Alasan ini diperkuat oleh berbagai penelitian yang menunjukkan keterkaitan erat antara efikasi diri dan perawatan diri dalam meningkatkan kualitas hidup (Bravo, 2020; Paolo, 2022). Efikasi diri, yang banyak berperan pada aspek kognitif dan afektif, dianggap sebagai dasar yang membentuk motivasi untuk menjalankan perilaku perawatan diri. Pernyataan ini didukung oleh temuan Sukatin dkk. (2023), yang menunjukkan bahwa individu dengan keyakinan yang kuat, kemampuan yang baik, dan upaya maksimal cenderung lebih termotivasi untuk melaksanakan tindakan perawatan diri dengan baik.

Menurut penelitian Basir dkk. (2022), perawatan diri merujuk pada perilaku individu yang bertujuan untuk menjaga kesehatan, perkembangan pribadi, dan lingkungan sekitar, serta merupakan aspek penting dalam mencapai kondisi kesehatan yang optimal. Perawatan diri juga mencakup kemampuan individu, keluarga, dan masyarakat untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatan, mencegah penyakit, serta mengatasi keterbatasan, baik dengan atau tanpa dukungan layanan kesehatan. Puspitasari dan Budiastuti (2018) menyatakan bahwa perawatan diri adalah fondasi utama dalam kesehatan masyarakat, di mana setiap individu bertanggung jawab untuk merawat dirinya sendiri. Perawatan diri mencakup kemampuan individu untuk mengelola gejala, menjalani perawatan, serta beradaptasi secara fisik dan emosional, termasuk dalam kebiasaan hidup yang berkaitan dengan kondisi penyakit kronis. Namun,

perawatan diri seringkali diabaikan dan kurang dihargai, yang dapat mengakibatkan penurunan kualitas hidup. Padahal pentingnya perawatan diri terlihat jelas dalam proses penyembuhan, karena tindakan yang tidak tepat, seperti pola makan yang buruk, pengobatan yang tidak teratur, dan kurangnya aktivitas fisik, dapat berdampak negatif pada kesehatan pasien (Anggraini & Prasillia, 2021). Didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Yildis dan Ozlu (2021) menemukan bahwa skor perawatan diri berkorelasi positif dengan kualitas hidup namun dengan tetap memperhatikan tingkat pendidikan, status pekerjaan, BMI, kebiasaan merokok dan kondisi kronik lainnya.

Melihat kuatnya korelasi diantara ketiga variabel tersebut, maka pola interaksinya dapat digambarkan sebagai berikut: peningkatan efikasi diri secara langsung dapat meningkatkan kemampuan pasien dalam menjalankan perawatan diri secara optimal (Bakri dkk., 2020) dan pencapaian perawatan diri yang optimal dapat terhambat jika individu tidak memiliki keyakinan terhadap kemampuan mereka dalam mengatasi masalah terkait penyakit tersebut. Ketidakyakinan ini dapat menjadi penghalang dalam praktik perawatan diri yang efektif, yang berpotensi meningkatkan frekuensi kekambuhan dan berdampak negatif pada kualitas hidup. Dalam kaitannya dengan dinamika di atas, penelitian serupa juga sudah pernah dilakukan oleh O'hea dkk. (2009) dan Wu dkk. (2016). Perbedaannya terletak pada subjek, di mana subjek dalam penelitian ini adalah pasien diabetes melitus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perawatan diri bertindak sebagai mediator antara efikasi diri dan kualitas hidup pada pasien diabetes tipe 2. Efikasi diri yang tinggi dikaitkan dengan praktik perawatan diri yang lebih baik, yang pada gilirannya berhubungan dengan kualitas hidup yang lebih baik. Efikasi diri yang kuat mendorong pasien untuk secara proaktif mengelola kebutuhan perawatan dirinya, berkontribusi pada kesejahteraan menyeluruh dan peningkatan kualitas hidup (Choirunnisa, 2021).

Penelitian ini menjadi berbeda, karena banyak penelitian sebelumnya yang telah mengungkapkan pola hubungan antara efikasi diri dengan kualitas hidup pada pasien dengan berbagai penyakit kronis. Namun, masih terdapat keterbatasan terkait dengan pemahaman tentang bagaimana perawatan diri berfungsi sebagai mediator dalam konteks pasien dengan GERD. Sebagian besar studi yang ada cenderung fokus pada populasi dengan penyakit kronis umum, namun penelitian yang secara khusus mengeksplorasi peran perawatan diri sebagai mediator antara efikasi diri dan kualitas hidup pada pasien GERD masih terbatas. Selain itu, kurangnya data longitudinal yang mengevaluasi efek jangka panjang dari peningkatan efikasi diri terhadap praktik perawatan diri dan kualitas hidup pada pasien GERD juga menimbulkan kebutuhan akan penelitian lebih lanjut. Dengan demikian, terdapat kesenjangan pengetahuan yang signifikan dalam memahami dinamika spesifik antara efikasi diri, perawatan diri, dan kualitas hidup pada populasi pasien GERD, yang memerlukan eksplorasi lebih dalam melalui penelitian yang komprehensif dan spesifik. Berdasarkan kesenjangan ini, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih mendalam hubungan antara efikasi diri dan kualitas hidup pada pasien GERD dengan mempertimbangkan peran mediasi dari perawatan diri.

2. METODE

2.1 . Desain Penelitian

Hipotesis penelitian yang diajukan merupakan penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang menggunakan angka-angka dalam teknik pengumpulan data di lapangan (Djollong, 2014). Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan teknik analisis mediasi. Analisis mediasi merupakan pendekatan statistik untuk mengukur sebab akibat dimana variabel independen menyebabkan variabel mediasi, serta memengaruhi variabel dependen (MacKinnon & Valente, 2019). Terdapat tiga variabel dalam penelitian ini dengan

melibatkan sebagai efikasi diri sebagai variabel independen, perawatan diri sebagai variabel mediator, dan kualitas hidup sebagai variabel dependen.

2.2. Partisipan Penelitian

Subjek yang akan terlibat dalam penelitian ini akan dikumpulkan melalui teknik pengumpulan sampel yang berupa *purposive sampling* adalah sebuah metode pengambilan sampel non-acak, dimana peneliti memastikan untuk melakukan penentuan identitas spesifik yang sesuai dengan tujuan penelitian sehingga diharapkan sesuai dengan kasus penelitian (Lenaini, 2021). Beberapa kriteria subjek yang terlibat dalam penelitian ini adalah pasien yang telah terdiagnosa GERD oleh dokter dalam rentang waktu minimal 6 bulan, berjenis kelamin laki-laki atau perempuan dengan usia > 18 tahun. Adapun alasan pemilihan subjek dengan usia 18 tahun dikarenakan pada usia ini, diasumsikan subjek sudah dapat memahami maksud dari pertanyaan yang diberikan, disamping adanya data yang menunjukkan bahwa pasien GERD lebih banyak berada direntang usia 18 tahun ke atas. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 152 orang yang terdiri dari laki-laki 24 dan perempuan 128 orang. Timpangnya jumlah subjek, dikarenakan adanya faktor keadaan yang memang tidak bisa dihindari. Secara tidak sengaja subjek yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak mengisi skala dibandingkan dengan subjek yang berjenis kelamin laki-laki. Subjek dalam penelitian ini juga sudah mengisi lembar persetujuan atau bersedia ikut terlibat dalam penelitian ini.

2.3. Hipotesis Penelitian

Adapun hipotesis yang dapat diajukan dalam penelitian ini adalah perawatan diri berperan sebagai mediator yang signifikan antara efikasi diri dan kualitas hidup pada pasien GERD.

2.4. Instrumen Penelitian

Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari *Generalized Self-Efficacy Scale (GSES)* untuk mengukur efikasi diri, *Denyes Self Care Agency Instrument (DSCAI-90)* untuk mengukur perawatan diri dan *World Health Organization Quality of Life-BREF (WHOQOL-BREF)* untuk mengukur kualitas hidup.

Skala ini digunakan untuk mengukur seberapa besar tingkat kualitas hidup yang dirasakan oleh pasien penyakit GERD. Peneliti menggunakan alat ukur (WHOQOL-BREF) oleh *World Health Organization (WHO)*. Skala WHOQOL-BREF terdiri dari 26 aitem dengan skala *likert* nilai koefisien *Cronbach alpha* (α) = 0.904. Pada pengukuran menggunakan WHOQOL-BREF, skor asli untuk tiap bagian diubah menjadi rentang antara 0 hingga 100 sebelum analisis dilakukan. Transformasi ini mengikuti pedoman yang telah ditetapkan, yakni:

Tabel 1

Metode Transformasi Skor

<i>Equation for computing dimensi scores</i>	
Dimensi 1	$(6-Q3) + (6-Q4) + Q10 + Q15 + Q16 + Q17 + Q18$
Dimensi 2	$Q5 + Q6 + Q7 + Q11 + Q19 + (6-Q26)$
Dimensi 3	$Q20 + Q21 + Q22$
Dimensi 4	$Q8 + Q9 + Q12 + Q13 + Q14 + Q23 + Q24 + Q25$

Skala efikasi diri digunakan untuk mengukur seberapa besar tingkat efikasi diri yang dirasakan oleh pasien penyakit GERD. Peneliti menggunakan alat ukur yang disusun oleh Bandura (1997) yang diadaptasi oleh Puspita (2018) dengan aspek yang dikemukakan yaitu level (*magnitude*), intensitas (*strength*), dan generalitas (*generalization*). GSES ini terdiri dari 10 aitem *favourable* dengan skala *likert* dengan nilai koefisien *Cronbach alpha* (α) = 0.901 (α) > 0.6.

Skala perawatan diri digunakan untuk mengukur seberapa besar tingkat perawatan diri yang dirasakan oleh pasien penyakit GERD. Peneliti menggunakan alat ukur DSCAI-90 yang terdiri dari 34 aitem dengan nilai koefisien *Cronbach alpha* (α) = 0.945 (α) > 0.6. Pada pengukuran menggunakan WHOQOL-BREF, skor asli untuk tiap bagian diubah menjadi rentang antara 0 hingga 100 sebelum analisis dilakukan. Transformasi ini mengikuti pedoman yang telah ditetapkan, yakni:

2.5. Metode Analisis Data

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dimana menurut Sugiyono (2013) metode kuantitatif adalah studi yang didasarkan pada filosofi positivisme, dengan menggunakan instrumen untuk mengumpulkan data untuk meneliti populasi atau sampel tertentu dan mengambil sampel secara acak, analisis data bersifat statistik. Penelitian ini menggunakan desain korelasional yang bertujuan mencari hubungan antara efikasi diri, perawatan diri, dan kualitas hidup terhadap pasien GERD. Data yang telah diperoleh kemudian diolah menggunakan aplikasi statistik yaitu *JASP* 0.19.1.

3. HASIL

3.1. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian ini digunakan untuk mengetahui tingkat efikasi diri, perawatan diri dan kualitas hidup pada pasien *Gastroesophageal reflux disease* (GERD). Deskripsi data subjek penelitian ini secara umum dapat dilihat pada Tabel 2. Peneliti kemudian melakukan kategorisasi berdasarkan skor tiap variabel dengan menggunakan tiga tingkatan, yaitu rendah (skor $X < M - 1SD$), sedang ($M - 1SD \leq \text{skor } X < M + 1SD$), dan tinggi ($M + 1SD \leq \text{skor } X$). Berdasarkan norma kategorisasi tersebut, 152 partisipan dalam penelitian ini kemudian dikelompokkan ke dalam tiga kategorisasi pada ketiga variabel penelitian (Tabel 3).

Tabel 2

Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Minimum	Maksimum	Mean	SD
Efikasi Diri	21	32	26,34	5,70
Perawatan Diri	1810	2570	2189,86	380,28
Kualitas Hidup	74	94	83,85	10,09

Berdasarkan data yang diperoleh menggunakan GSES oleh Bandura (1997), diketahui bahwa terdapat 28 subjek (18.42 %) pada kategori rendah, 90 subjek (59.21 %) pada kategori sedang, dan 34 subjek (22.36 %) pada kategori tinggi. Berdasarkan data yang diperoleh menggunakan DSCAI-90 oleh Denyes, diketahui bahwa terdapat 20 subjek (13.16 %) pada kategori rendah, 108 subjek (71.05 %) pada kategori sedang, dan 24 subjek pada kategori tinggi untuk variabel perawatan diri. Sementara itu, berdasarkan data yang diperoleh menggunakan

WHOQOL-BREF oleh WHO, diketahui bahwa 21 subjek (13.81 %) pada kategori rendah, 107 subjek (70.39 %) pada kategori sedang, dan 24 subjek (15.79 %) pada kategori tinggi.

Tabel 3
Kategorisasi Subjek pada Variabel Penelitian

Variabel	Kategorisasi	Norma Kategorisasi	Jumlah	Persentase
Efikasi Diri	Rendah	$X < 21$	28	18.42 %
	Sedang	$21 \leq X < 32$	90	59.21 %
	Tinggi	$X > 32$	34	22.36 %
Perawatan Diri	Rendah	$X < 1080$	20	13.16 %
	Sedang	$1080 \leq X < 2570$	108	71.05 %
	Tinggi	$X > 2570$	24	15.79 %
Kualitas Hidup	Rendah	$X < 74$	21	13.81 %
	Sedang	$74 \leq X < 94$	107	70.39 %
	Tinggi	$X > 94$	24	15.79 %

3.2. Uji Hipotesa

Dalam penelitian ini, analisis yang dilakukan adalah menggunakan model mediasi dari aplikasi statistik *software* menggunakan JASP versi 0.19.1. Hasil analisis mediasi dalam penelitian ini menunjukkan efek atau pengaruh yang tidak langsung antara variabel efikasi diri diperantarai oleh perawatan diri terhadap kualitas hidup, yang diuraikan lebih rinci pada Tabel 4.

Hasil analisis menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki efek tidak langsung terhadap kualitas hidup. Hal ini terlihat dari skor *indirect effect* dengan nilai estimate = 0,271, 95% CI = [0,128; 0,415]; $p < 0.01$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa perawatan diri dapat memediasi hubungan antara efikasi diri dengan kualitas hidup pada pasien GERD. Sementara untuk *total effect* (pengaruh total dari efek langsung maupun tidak langsung) dari variabel-variabel penelitian yang terkait, ditunjukkan pada Tabel 5.

Tabel 4
Koefisien Indirect Effects

	Estimate	Std Error	z-value	p	95% Confidence Interval	
					Lower	Upper
ED → PD → QOL	0.271	0.073	3.708	< .001	0.128	0.415

Ket : ED : Efikasi Diri; PD : Perawatan Diri; KH : Kualitas Hidup

Pada tabel 6 menunjukkan bahwa *total effect* atau pengaruh total dari efek langsung maupun tidak langsung dari variabel-variabel penelitian berupa efikasi diri, perawatan diri, dan kualitas hidup memiliki nilai yang signifikan dengan skor $p < .001$; Nilai *estimate* sebesar 0.826 dan *Std. Error* sebesar 0.127. Analisis dalam penelitian ini menggunakan *path coefficients* dari variabel-variabel penelitian yang terkait (lihat Tabel 6).

Tabel 5
Koefisien Total Effect

	Estimate	Std Error	z-value	p	95% Confidence Interval	
					Lower	Upper
Efikasi diri → Kualitas Hidup diri	.826	.127	6.507	< .001	.557	1.075

Hasil analisis jalur menunjukkan bahwa baik efikasi ataupun perawatan diri memiliki hubungan yang signifikan dengan kualitas hidup. Sementara korelasi yang paling kuat terjadi pada variabel efikasi diri dan perawatan diri. Pola interaksi ketiga variabel tersebut dapat dijelaskan melalui Gambar 1.

Tabel 6
Path Coefficients

	Estimate	Std Error	z-value	p	95% Confidence Interval	
					Lower	Upper
PD → KH	.318	.067	4.741	< .001	.187	1.075
ED → KH	.555	.132	4.218	< .001	.297	.813
ED → PD	.853	.143	5.950	< .001	.572	1.134

Ket : ED : Efikasi Diri; PD : Perawatan Diri; KH : Kualitas Hidup

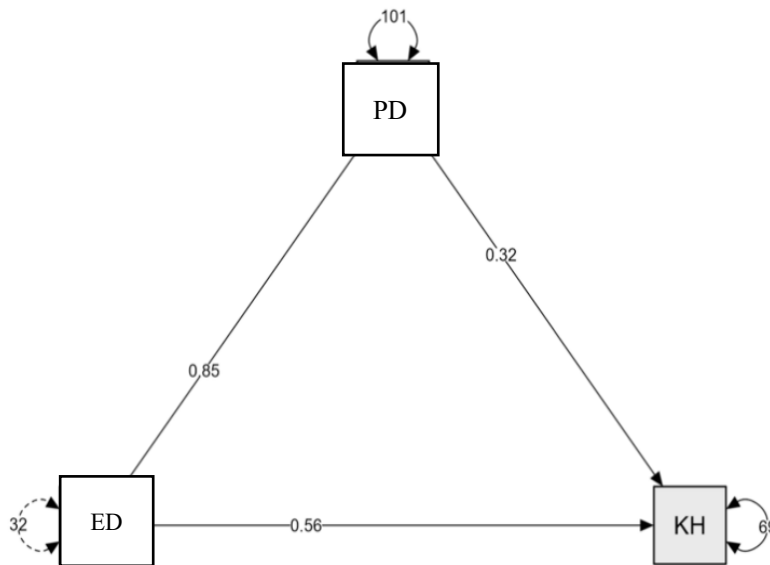
Terdapat 3 jalur hubungan antara ketiga variabel. Jalur pertama, bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan perawatan diri yang ditandai dengan nilai *estimate* sebesar 0.853 dimana nilai $p < .001$. Jalur kedua terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan kualitas hidup dengan nilai *estimate* 0.555 dimana nilai $p < .001$. Hal ini menunjukkan bahwa efikasi diri pada pasien GERD dapat berpengaruh secara langsung pada kualitas hidup. Terakhir, terdapat hubungan yang signifikan antara perawatan diri dengan kualitas hidup yang ditunjukkan dengan nilai *estimate* sebesar 0.318 dimana $p < .001$.

4. DISKUSI

Dengan mempertimbangkan peran mediasi perawatan diri, penelitian ini bertujuan untuk mempelajari bagaimana efikasi diri berkorelasi dengan kualitas hidup. Hasil analisis menunjukkan bahwa efikasi diri dapat berkorelasi dengan kualitas hidup dengan atau tanpa perawatan diri walaupun korelasi antara self efikasi dan perawatan diri sangat kuat. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan yang dilaporkan oleh Irawan dkk. (2022), yang menunjukkan adanya keterkaitan yang signifikan antara *self-efficacy* dan *self-care* pada individu yang mengidap penyakit kronis. Hubungan ini bersifat positif, menandakan bahwa tingkat keyakinan diri yang tinggi secara positif memengaruhi peningkatan kemampuan individu dalam melakukan perawatan diri. Dengan kata lain, semakin kuat keyakinan diri individu terhadap kemampuannya untuk mengelola kondisi penyakit kronisnya, semakin meningkat kemungkinan individu melaksanakan perawatan diri dengan baik. Hasil penelitian ini konsisten dengan temuan dari Saltar dkk. (2023), yang menunjukkan bahwa efikasi diri yang tinggi dan perilaku perawatan diri yang baik merupakan

prediktor signifikan terhadap peningkatan kualitas hidup. Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa perawatan diri yang baik dapat mengurangi gejala GERD dan meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan. Analisis yang telah dilakukan juga menunjukkan bahwa hubungan positif antara efikasi diri yang tinggi dan perilaku perawatan diri yang baik dengan membuat kualitas hidup pasien GERD menjadi lebih baik.

Gambar 1
Model Mediasi



Keterangan: PD = Perawatan Diri; ED = Efikasi Diri; KH = Kualitas Hidup

Proses pencarian literatur berhasil mengidentifikasi 102 studi, di mana 22 studi memenuhi kriteria inklusi untuk tinjauan lengkap. Dari 22 studi ini, 21 studi melaporkan adanya hubungan positif antara tingkat efikasi diri yang lebih tinggi dan keterlibatan dalam perilaku perawatan diri. Perilaku ini mencakup kepatuhan terhadap pengobatan (n=9), aktivitas fisik (n=2), dan perubahan pola makan (n=1). Dari keseluruhan studi yang direview, 12 studi dinilai memiliki kualitas baik menurut alat penilaian kualitas, sedangkan 10 studi lainnya dinilai memiliki kualitas cukup. Namun, sebagian besar studi ini memiliki keterbatasan umum berupa kurangnya objektivitas, yang disebabkan oleh ketergantungan pada pelaporan diri dalam mengevaluasi keterlibatan dalam perilaku perawatan diri (Tan dkk., 2021). Dalam penelitian ini, tidak hanya pasien GERD, tetapi juga pasien gagal ginjal yang menjalani perawatan rutin menunjukkan pola yang serupa. Hasil analisis mengindikasikan adanya hubungan signifikan antara efikasi diri dan perawatan diri. Secara khusus, semakin tinggi tingkat efikasi diri pada pasien hemodialisis, semakin baik pula kualitas perawatan diri yang mereka lakukan. Temuan ini menegaskan bahwa efikasi diri yang lebih tinggi berkontribusi pada peningkatan kepatuhan dan efektivitas perawatan diri pada pasien dengan gagal ginjal (Inavka dkk., 2024). Efikasi diri yang tinggi memungkinkan pasien untuk lebih percaya diri dalam membuat keputusan terkait kesehatannya, termasuk memilih opsi perawatan yang terbaik dan konsisten sesuai rekomendasi medis. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang

dilakukan oleh Fereydouni dkk.(2022) yang menyebutkan bahwa keyakinan berupa efikasi diri memiliki pengaruh positif terhadap perawatan diri dan kualitas hidup.

Dinamika antara efikasi diri dan perawatan diri pada pasien dengan kondisi kronis, seperti GERD, dapat bervariasi. Penelitian mengenai hubungan antara kedua variabel ini pada pasien GERD masih terbatas. Namun, interaksi antara efikasi diri dan perawatan diri dapat dijelaskan melalui pola berikut: tingkat efikasi diri yang tinggi memungkinkan pasien GERD untuk lebih percaya diri dalam menerapkan perubahan gaya hidup yang diperlukan untuk mengelola gejala. Ini termasuk memodifikasi pola makan, seperti menghindari makanan yang dapat memicu kekambuhan GERD, mengatur pola makan, dan mengontrol porsi makan. Jadi, Pentingnya perawatan diri tergambar dalam proses penyembuhan, karena tindakan-tindakan yang tidak tepat seperti pola makan buruk, malas makan, pengobatan yang tidak teratur, dan kurang aktivitas fisik dapat berdampak negatif pada kesehatan pasien (Anggraini & Prasillia, 2021).

Pasien dengan efikasi diri yang tinggi meyakini bahwa usaha yang dilakukan akan membuahkan hasil positif, yang membantu pasien menghadapi dan mengatasi hambatan dalam perawatan diri. Pasien juga lebih mampu mengatasi rasa sakit, kelelahan, dan faktor psikologis lainnya yang dapat mengganggu perilaku perawatan diri pasien. Perawatan diri yang lebih baik akan meningkatkan kualitas hidup pasien. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Chin dkk. (2021) yang menemukan bahwa efikasi diri yang lebih tinggi secara signifikan berhubungan dengan perawatan diri yang baik serta peningkatan kualitas hidup pasien. Selain itu, perawatan diri yang lebih baik juga secara signifikan akan meningkatkan kualitas hidup pasien. Penelitian yang dilakukan oleh Fereydouni dkk. (2022) juga menunjukkan hasil yang serupa bahwa keyakinan berupa efikasi diri memiliki pengaruh positif terhadap perawatan diri dan kualitas hidup. Hal ini menunjukkan bahwa peran efikasi diri dan perawatan diri dapat dipertimbangkan dalam kualitas hidup.

Hal yang menarik dalam penelitian ini adalah sekalipun perawatan diri dapat memediasi efikasi diri dan kualitas hidup namun efikasi diri juga secara langsung dapat berhubungan dengan kualitas hidup, sehingga model mediasi dalam penelitian ini bersifat parsial. Hasil ini cukup berbeda dengan penelitian yang dilakukan Chin dkk. (2021) yang menemukan bahwa variabel perawatan diri adalah variabel penentu bagi terjadinya korelasi antara efikasi diri dan kualitas hidup. Hasil lain yang menarik adalah walaupun perawatan diri mampu menjadi mediator namun kehadiran perawatan diri justru melemahkan korelasi yang terjadi antara efikasi diri dan kualitas hidup. Hal ini dikarenakan korelasi antara perawatan diri dan kualitas hidup lebih rendah dibandingkan dengan efikasi diri terhadap perawatan diri. Menurut analisa peneliti, hal ini bisa saja dikarenakan kualitas hidup adalah konsep yang kompleks dan multidimensional, sehingga membutuhkan pendekatan holistik di luar perawatan diri untuk mencapai peningkatan yang signifikan. Jadi, walaupun variabel perawatan diri penting namun tidak sepenuhnya dapat menangkap semua dimensi kualitas hidup. Ada kemungkinan variabel-variabel lain seperti faktor psikologis, lingkungan sosial memiliki pengaruh terhadap terbentuknya korelasi antara efikasi diri, variabel perawatan diri dan kualitas hidup. Jika mengacu pada teori tentang terbentuknya perilaku sehat, ada 3 hal yang perlu menjadi pertimbangan, yaitu faktor pendorong yang biasanya berasal dari dalam diri (internal, termasuk di dalamnya efikasi diri dan perawatan diri), faktor yang berasal dari eksternal contohnya berupa dukungan sosial dan faktor pendukung yang berkaitan dengan pelayanan kesehatan.

Temuan dari penelitian ini sekaligus membuktikan bahwa variabel psikologis yang termasuk dalam faktor pendorong berupa efikasi diri memiliki peran yang sangat penting dalam kaitannya dengan perawatan diri pasien untuk mencapai kualitas hidup yang baik. Efikasi diri

memiliki sifat yang lebih stabil dalam jangka panjang, sedangkan perawatan diri bisa berfluktuasi tergantung pada kondisi kesehatan, lingkungan, atau faktor lainnya. Stabilitas efikasi diri dapat menyediakan landasan yang kuat bagi individu untuk tetap menjalani hidup dengan kualitas yang baik, bahkan ketika praktik perawatan diri mengalami gangguan atau penurunan.

Simpulan penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dan kualitas hidup pada pasien GERD. Efikasi diri yang tinggi berperan penting dalam meningkatkan kemampuan individu untuk melakukan perawatan diri secara efektif. Meskipun perawatan diri menjadi mediator yang memperkuat hubungan antara efikasi diri dan kualitas hidup, hasil penelitian mengungkapkan bahwa efikasi diri tetap berkorelasi dengan kualitas hidup baik dengan maupun tanpa perawatan diri. Hal ini sejalan dengan temuan-temuan sebelumnya, yang menegaskan bahwa keyakinan diri yang kuat membantu individu untuk lebih konsisten dalam menjalankan perawatan diri yang diperlukan untuk mengelola penyakit kronis pasien.

Adapun saran yang dapat diberikan dalam penelitian ini adalah peningkatan efikasi diri pasien harus menjadi fokus utama dalam program intervensi. Ini bisa dilakukan melalui pendidikan kesehatan yang berfokus pada pengembangan keyakinan diri pasien dalam mengelola kondisi kesehatannya. Selain itu, mengingat pentingnya perawatan diri dalam meningkatkan kualitas hidup, pendekatan holistik yang mencakup intervensi psikologis untuk meningkatkan efikasi diri, serta panduan rinci mengenai perubahan gaya hidup yang diperlukan untuk diterapkan. Untuk penelitian di masa yang akan datang, disarankan untuk menggunakan metode evaluasi yang lebih objektif, seperti pengukuran klinis atau observasional, untuk mengurangi bias yang muncul dari pelaporan diri dalam menilai keterlibatan dalam perilaku perawatan diri.

Implikasi dari penelitian ini adalah dapat membantu para tenaga kesehatan untuk mengevaluasi faktor-faktor yang berpengaruh terhadap kualitas hidup pasien GERD. Diperlukan pengembangan intervensi yang lebih efektif untuk meningkatkan kualitas hidup pasien GERD dengan berfokus pada penguatan efikasi dan perawatan diri yang optimal. Misalnya Pelatihan efikasi diri atau manajemen diri untuk meningkatkan kualitas hidup pada pasien GERD.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajjah, F. F. B., Mamfaluti, T., Romi, T., & Putra, I. (2020). Hubungan pola makan dengan terjadinya Gastroesophageal Reflux Disease (GERD). *Journal of Nutrition College*, 9 (3), 169–179. <https://doi.org/10.14710/jnc.v9i3.27465>
- Angraini, R. B., & Prasillia, A. (2021). Hubungan self care terhadap kualitas hidup pasien diabetes mellitus: study literature. *Nursing Science Journal (NSJ)*, 2 (2), 63-74. <https://doi.org/10.53510/nsj.v2i2.88>
- Ashadi, P. (2021). Asam lambung kronis penyebab GERD, dialami lebih dari 4 Juta orang Indonesia. [suaramerdeka.com. https://www.suaramerdeka.com /gaya-hidup/pr-04171518 /asam-lambung-kronis-penyebab-GERD-dialami-lebih-dari-4-juta-orang-indonesia](https://www.suaramerdeka.com /gaya-hidup/pr-04171518 /asam-lambung-kronis-penyebab-GERD-dialami-lebih-dari-4-juta-orang-indonesia)
- Bakri, A., Irwandy, F., & Bongga Linggi, E. (2020). Pengaruh pendidikan kesehatan tentang perawatan pasien stroke di rumah terhadap tingkat pengetahuan keluarga. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11 (1), 372–378. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.299>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H. Freeman and Company.
- Basir, I. S., Paramatha, N. R., & Agustin, F. D. (2022). Self care pasien diabetes melitus. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(2), 691–698. <https://doi.org/10.37287/jppp.v4i2.966>
- Bravo, L., Killela, M. K., Reyes, B. L., Santos, K. M. B., Torres, V., Huang, C. C., & Jacob, E. (2020). Self-management, self-efficacy, and health-related quality of life in children with

- chronic illness and medical complexity. *Journal of Pediatric Health Care*, 34(4), 304-314. <https://doi.org/10.1016/j.pedhc.2019.11.009>
- Chin, C., Tseng, L., Chao, Ta., Wang, T., T., Wu, S., Liang, S. (2021). Self-care as a mediator between symptom-management self-efficacy and quality of life in women with breast cancer. *Plos One*, 16 (2), 1-10. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246430>
- Chorunnisa, N. (2021). Hubungan self care dan efikasi diri terhadap kualitas hidup pasien congestive heart failure di RSI Sultan Agung Semarang. *Undergraduate thesis*. Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Derang, I., Sigalingging, V., S., & Samosir, K. (2024). Hubungan self care dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Keperawatan Jika (JKJ) : Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 12, (2), 1-10.
- Djollong, A. F. (2014). Teknik pelaksanaan penelitian kuantitatif (technique of quantitative research). *istiqlah*. *Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 2 (1), 86–100. <https://jurnal.umpar.ac.id/index.php/istiqlah/article/view/224>
- Fereydouni, F., Chehrazi, M., Tilaki, K., Meftah, N. (2022). A path causal model in the association between self efficacy and self care with quality of life in patients with type 2 diabetes : An application of the structural equation model. *Health Science Reports*, 5 (2), 1-9, <https://doi.org/10.1002/hsr2.534>
- Gao, Y., Zheng, Y., He, Y., Lin, J., Liu, F., Fu, Jie., Lin, R. (2024). The relationship between self efficacy, health literacy and quality of life in patients with chronic diseases : a cross sectional study in China. *Frontiers in Public Health*, 12, 1430202, 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1430202>
- Hidayati, P. H., Faisal Syamsu, R., Safitri, A., & Andi Ambar Yusufputra, K. (2022). Hubungan body mass index (bmi) terhadap kejadian Gastroesophageal Reflux Disease (GERD). *Jurnal Kesehatan*, 5 (2), 509–525. <https://doi.org/https://doi.org/10.33096/woh.v5i02.15>
- Irawan, D., Isonah, & Handayani, P. A. (2022). Hubungan efikasi diri dengan perawatan diri management penderita diabetes mellitus tipe 2 di wilayah binaan puskesmas Karangayu. *Jurnal Perawat Indonesia*, 6 (3), 1234-1248. <https://doi.org/10.32584/jpi.v6i3.1915>
- Ivanka, D., Prihatiningsih, D., Widaryati. (2024). Hubungan antara efikasi diri dan perawatan diri pada pasien dengan hemodialisa, *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 13 (1), 1-11. <https://doi.org/10.52657/jik.v13i1.2269>
- Lenaini, I. (2021). Teknik pengambilan sampel purposive dan snowball sampling. *jurnal kajian, penelitian & pengembangan pendidikan sejarah*, 6(1), 33–39.
- Lianto, L. (2019). Self-efficacy: a brief literature review. *Jurnal Manajemen Motivasi*, 15(2), 55. <https://doi.org/10.29406/jmm.v15i2.1409>
- MacKinnon, D. P., & Valente, M. (2019). Mediation analysis. Oxford Bibliographies. <https://www.oxfordbibliographies.com/abstract/document/obo-9780199828340/obo-9780199828340-0245.xml>
- Mile, M. A., Suranata, F. M., & Rantiasa, I. M. (2020). Gambaran stres dan pola makan pada penderita gastroesophageal reflux disease (GERD) di wilayah kerja puskesmas Ranomut Manado. *Jurnal Kesehatan. Amanah Prodi Ners Universitas Muhammadiyah Manado*, 4 (1), 13–19.
- O’Hea, E. L., Moon, S., Grothe, K. B., Boudreaux, E. D., & Brantley, P. J. (2009). The interaction of locus of control, self-efficacy, and outcome expectancies in relation to self-care behaviors in people with type 2 diabetes. *Diabetes Educator*, 35(4), 671-680.

- Paolo, 2022. The role of self-efficacy in the self-care of patients with chronic conditions. *PhD Thesis*. University of Rome Tor Vergata and Australian Catholic University.
- Panggabean, L., Fudholi., & Suci. (2023). Analisis kualitas hidup pada pasien GERD anxietas. Parapemikir: *Jurnal Ilmiah Farmasi*, 12 (2), 143 – 156.
- Patala, R., Tandi, J., Ulzmi, N., & Fahrudin, F. (2021). Rasionalitas penggunaan obat pada pasien GERD di instalasi rawat inap Rumah Sakit Umum Anutapura Palu. *JPSCR: Journal of Pharmaceutical Science and Clinical Research*, 6 (1), 62. <https://doi.org/10.20961/jpscr.v6i1.43170>
- Puspitasari, S., & Budiastuti, D. E. (2018). Hubungan perawatan diri dengan sikap sosial remaja di Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal PKS*, 17 (4), 329–338.
- Saltar, L., Sahar, J., & Rekawati, E. (2023). Self-care behavior, self-efficacy and quality of life of patients with type 2 diabetes mellitus with symptoms of peripheral neuropathy. *Journal for ReAttach Therapy and Developmental Diversities*, 6(9s), 799–809. Retrieved from <http://jrtd.com/index.php/journal/article/view/164>
- Striberger. Zamrouk, Kumlien. (2024). Illness perception, health literacy, self-efficacy, adherence and quality of life in patients with intermittent claudication – a longitudinal cohort study. *BMC Nursing*, 22 (167). 1-12. <http://doi.org/10.1186/s12912-023-01329-2>
- Sukatin, I. P., & Safitri, G. (2023). Efikasi Diri dan Kestabilan pada Prestasi Belajar. *Educational Leadership*, 3(1), 28-39. <https://doi.org/10.24252/edu.v3i1.39695>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suherman, L. P., Ramdani, R., Septiani, V., Indrayani, W., Islamiyah, A. N., & Hasyim, P. K. (2021). Pola penggunaan pada pasien Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) di salah satu rumah sakit di Bandung. *Pharmacoscript*, 4 (2), 208-219. <https://doi.org/10.36423/pharmacoscript.v4i2.713>
- Tan, F., Oka, P., Dambha-Miller, H., Tan, N. (2021). The association between self-efficacy and self-care in essential hypertension: a systematic review, *BMC Family Practice*, 22 (44), 1-12. <https://doi.org/10.1186/s12875-021-01391-2>
- Tarigan, R. C., & Pratomo, B. (2019). Analisis faktor risiko gastroesofageal refluks di RSUD Saiful Anwar Malang Gastroesophageal Reflux risk factor analysis at Saiful Anwar Hospital in Malang. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 6 (2), 78-81.
- Tores, LC., Nunez, A, et al. (2023). Quality of life in the older adults: The protective role of self-efficacy in adequate coping in patients with chronic diseases. *Front.Psycho*, 14, 1-13 doi : <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1106563>
- THE WHOQOL GROUP. (1998). The World Health Organization Quality Of Life Assessment (WHOQOL): Development And General Psychometric Properties. *Pergamon*, 46 (12).
- Tobing, P. S. P. (2022). Gambaran Quality of Life (QoL) penderita Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) [Universitas HKBP Nommensen]. <http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/8207?show=full>.
- Umam, M. H., Solehati, T., & Purnama, D. (2020). Gambaran kualitas hidup pasien dengan Diabetes Melitus di Puskesmas Wanaraja. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 11 (1), 70-80. <https://doi.org/10.34035/jk.v11i1.419>
- Varid, K. A. N. (2020). Gambaran karakteristik penderita penyakit GERD (Gastroesophageal Reflux Disease) yang berobat di Puskesmas Kawatuna Kelurahan Kawatuna, Kota Palu. *Buku Teks*. Perpustakaan Fakultas Kedokteran Universitas Tadulako.
- WHO. (2012). *WHOQOL User Manual Programme On Mental Health*.

- Wu, S. F. V., Lee, M. C., Hsieh, N. C., & Lu, Y. Y. (2016). Effectiveness of a self-efficacy program for persons with diabetes: A randomized controlled trial. *Nursing & Health Sciences*, 18(2), 256-263. <https://doi.org/10.1111/j.1442-2018.2011.00625.x>
- Yilzid, C., Ozlu, Z. (2021). Examination of self-care agency and quality of life in individuals with chronic venous disease. *Journal of Vas Nur*, 39(4):114-119. <https://doi.org/10.1016/j.jvn.2021.08.001>
- Zuliani, P., & Amita, D. (2020). Hubungan anemia dengan kualitas hidup pasien PGK yang menjalani hemodialisis. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*, 8(2), 107–116. <https://doi.org/10.36085/jkmu.v8i2.1052>

Acknowledgments

“Not applicable”