

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1. Hasil Penelitian

5.1.1. Uji Asumsi

Uji asumsi adalah satu tahapan sebelum dilakukan analisis data. Uji asumsi yang dilakukan pada dua variabel yaitu uji normalitas, dan uji linieritas.

1. Uji Normalitas

Pengujian normalitas data dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui normal tidaknya suatu data distribusi dari masing-masing variabel yang diteliti. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan teknik *one sample Kolmogorov-Smirnov Z*.

Tabel 8. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Sig	p	Keterangan
Kecemasan	0,200	>0,05	Normal
Self Efficacy	0,200	>0,05	Normal

Hasil uji normalitas pada variabel kecemasan diperoleh nilai uji statistik Kolmogorov-Smirnov dengan taraf signifikan sebesar 0.200 ($p>0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel kecemasan terdistribusi secara normal. Hasil uji normalitas pada variabel *Self Efficacy* diperoleh nilai statistik Kolmogorov-Smirnov Z dengan taraf signifikan sebesar 0.200 ($p>0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa data variabel *self efficacy* juga terdistribusi secara normal.

2. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk menyatakan apakah hubungan antara dua variabel bersifat yang linier (atau memiliki pola garis lurus). Hasil uji linieritas yang dilakukan oleh peneliti bertujuan untuk melihat signifikansi dari variabel yang ingin diteliti, apakah memiliki hubungan yang signifikan atau tidak.

Tabel 8. Hasil Uji Linieritas

	Sig	p	Keterangan
Linierity	0,002	<0,05	Linier
Deviation from Linierity	0,851	>0,05	

Hasil pengujian linieritas dari hubungan variabel kecemasan dengan *self efficacy* menunjukkan nilai prob = 0,002 ($p < 0,01$). Hal ini menggambarkan bahwa antara variabel *self efficacy* dengan kecemasan memiliki sifat hubungan linier atau persamaan variabel membentuk garis lurus. Hasil ini didukung dengan uji *deviation from linierity* menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0.851 > 0.05$ yang menunjukkan bahwa tidak terjadi penyimpangan terhadap linieritas hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan.

5.1.2. Uji Hipotesis

Hasil uji korelasi dengan menggunakan teknik korelasi *product moment* dalam menguji hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan pada penderita *diabetes mellitus*. Hasil uji korelasi yang telah dilakukan

menunjukkan bahwa koefisien korelasi r_{xy} adalah sebesar -0,687 dan dengan signifikansi = 0,000 ($p < 0,05$). Hasil ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *self efficacy* dengan kecemasan.

Korelasi antara kecemasan dengan *self efficacy* berdasarkan masing-masing aspeknya diperoleh sebagai berikut :

Tabel 9. Hasil Korelasi Antar Aspek Kecemasan dan Aspek Self Efficacy

KECEMASAN		SELF EFFICACY		
		Besaran	Kekuatan	Generalitas
Gejala fisik	R	-0.356	-0.361	-0.364
	p-value	0.054	0.050	0.048
Gejala kognitif	R	-0.606	-0.563	-0.596
	p-value	0.000	0.001	0.001
Gejala emosional	R	-0.562	-0.575	-0.601
	p-value	0.001	0.001	0.000
Gejala dalam perilaku	R	-0.719	-0.681	-0.709
	p-value	0.000	0.000	0.000

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh aspek *self efficacy* berkorelasi negatif dengan seluruh aspek kecemasan. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh aspek *self efficacy* dapat menurunkan seluruh gejala kecemasan para penderita diabetes mellitus. Dari keempat aspek kecemasan menunjukkan bahwa kecemasan dalam gejala perilaku adalah aspek yang paling kuat dapat diturunkan dengan *self efficacy* sedangkan yang paling sulit adalah aspek gejala fisik.

4.2 Pembahasan

Sebagaimana tujuan penelitian yaitu untuk menguji ada tidaknya hubungan antara *self efficacy* dengan tingkat kecemasan penderita *diabetes mellitus* di wilayah Kecamatan Pedurungan Semarang. Mendasarkan pada kajian teoritis atas beberapa literatur, peneliti menetapkan hipotesis penelitian berupa adanya hubungan negatif antara *self efficacy* dengan tingkat kecemasan yang dialami oleh penderita *diabetes mellitus*. Jumlah sampel yang dapat diperoleh untuk penelitian adalah sebanyak 30 orang.

Hasil pengujian statistik menunjukkan diperolehnya adanya korelasi negatif yang signifikan yang berarti bahwa ada hubungan negatif dan signifikan antara *self efficacy* yang dimiliki penderita diabetes dengan kecemasan yang dirasakannya. Hal ini berarti pula bahwa semakin tinggi *self efficacy* yang dimiliki penderita diabetes, maka akan semakin rendah tingkat kecemasan yang dimiliki penderita. Demikian pula sebaliknya, *self*

efficacy yang semakin rendah, maka akan semakin tinggi tingkat kecemasan yang dimiliki.

Menurut Nevid, Rathus & Greene (2005), kecemasan yang dialami oleh seseorang dapat dipengaruhi oleh empat faktor, dimana salah satunya adalah faktor Kognitif dan Emosional yaitu faktor yang berupa konflik psikologis yang sulit diselesaikan, keyakinan yang tidak rasional, sensitivitas yang berlebihan atas suatu yang mengancam maupun rendahnya *self-efficacy*.

Hasil empiris penelitian ini juga sejalan dan didukung oleh hasil wawancara awal yang telah dilakukan terhadap beberapa penderita diabetes pada beberapa waktu sebelumnya yang menunjukkan bahwa keberadaan *self efficacy* dari penderita akan sangat diperlukan untuk meminimalkan kecemasan mereka. Hasil penelitian ini memajukan literatur mengenai manajemen diabetes dengan menunjukkan bahwa responden dengan tingkat *self efficacy* yang lebih tinggi dilaporkan lebih mampu mengelola perawatan diri diabetes. Studi sebelumnya telah menunjukkan bahwa *self efficacy* akan dapat meningkatkan perilaku perawatan diri (Pejares and Schunk 2002). Hasil ini menegaskan bahwa *self efficacy* dapat menjadi aspek penting yang dapat menjadi obat psikologis bagi kecemasan akibat penyakit kronis, dan konsisten dengan banyak penelitian sebelumnya yang melaporkan *self efficacy* sebagai prediktor yang berguna untuk penurunan kecemasan pada penderita diabetes.

Self-efficacy berkorelasi negatif dengan kecemasan. Artinya, *self efficacy* diri yang lebih tinggi menunjukkan tingkat kecemasan yang lebih rendah. Mendasarkan penelitian sebelumnya menemukan bahwa kecemasan dapat meningkatkan keparahan dan berbagai komplikasi pada individu (Hendrieckx, Halliday, Beeney & Speight., 2019).

Untuk meningkatkan kesehatan psikologis pasien, upaya meningkatkan *self-efficacy* harus diadakan secara teratur dalam praktek klinis. Untuk mengatur glukosa darah dalam kisaran ideal, perilaku perawatan diri, seperti diet, olahraga teratur, dan obat-obatan, sangat penting. Kecemasan yang menyertai diabetes juga dapat berkontribusi pada komplikasi parah bagi penderita diabetes. Kegagalan untuk mengukur kesejahteraan emosional dapat meningkat biaya medis yang berhubungan dengan defisit fungsional. Penelitian pada penyakit diabetes dapat memahami faktor-faktor ini terkait terhadap efikasi diri dan perilaku perawatan diri yang diterapkan pada pasien dengan diabetes.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa dalam cara individu memahami diabetes, *self efficacy* yang berkaitan dengan mengelola tantangan hidup dalam menghadapi masalah diabetes adalah sebagai hal penting untuk dilakukan karena hal ini berkaitan dengan kesehatan psikologis. Oleh karena itu, intervensi seperti perhatian, dirancang untuk meningkatkan kesadaran dan perhatian, dapat membantu orang menjadi lebih sadar akan persepsi dan bagaimana mereka ingin mendekati penyakit mereka secara berbeda; bukti yang muncul menunjukkan intervensi

berbasis perhatian dapat berdampak positif kesejahteraan dan kualitas hidup pada orang dengan diabetes (Schroevens et al. 2015). Penelitian sebelumnya telah mengidentifikasi bahwa efikasi diri sebagai fokus potensial intervensi psikologis untuk mempromosikan kesehatan yang optimal dan kualitas hidupnya meskipun hidup dengan penyakit kronis.

Faktor psikologis memainkan peran integral dalam pengelolaan diabetes. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perawatan diri diabetes, terutama mengenai intervensi yang menggunakan strategi peningkatan efikasi diri untuk mengubah perilaku, dapat menghasilkan perbaikan yang signifikan dalam mengontrol diabetes. Penelitian ini menegaskan bahwa efikasi diri adalah prediktor penting untuk perilaku perawatan diri, dan hal ini konsisten dengan banyak penelitian sebelumnya melaporkan bahwa *self efficacy* sebagai prediktor psikologis yang berguna dari perilaku perawatan diri diabetes.

Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam menggeneralisasi hasil, karena para peneliti menggunakan sampel kecil dan bersifat non-probabilitas sehingga kekuatan penelitian masih relatif rendah. Selain itu semua variabel penelitian ini diukur secara subyektif dengan kuesioner self-report, oleh karena itu bias pelaporan mungkin ada seperti dampak tanggapan yang diinginkan secara sosial. Kurangnya data aktivitas penyakit (misalnya, tingkat keparahan penyakit) dapat membatasi generalisasi hasil penelitian ini.