

**PENGARUH *ACCEPTANCE AND COMMITMENT THERAPY*
TERHADAP PERUBAHAN KECEMASAN DAN *SELF-EFFICACY*
PADA PASIEN DENGAN GAGAL GINJAL KRONIS YANG
MENJALANI HEMODIALISA DI RS SINT CAROLUS**

OLEH: TRI WAHYUNI ISMOYOWATI

Latar belakang



Gagal Ginjal Kronis

USRDS Annual Data Report (2015),
Risikesda, 2013

WHO → Tahun 2013 meningkat 50%

Amerika → Meningkat 20-25%/ th → 66% Hemodialisa

Angka mortalitas meningkat

Indonesia → Peringkat 10 Penyakit tidak menular

Gangguan Psikososial

Harwood et al (2008), Faker (2009)
dalam Slametiningih (2012)

Kecemasan & Self Efficacy

Fallon (2006), Cukor (2007)

Acceptance and Commitment Therapy

Hayes (2005), Montgomery (2011),
Widuri (2012), Bahar (2015), Saedy
(2015), Moazzezi (2015).

Proses Adaptasi



Wawancara : dari 5 pasien → 3 cemas, 2 pasrah dgn Kondisi,



Peran Perawat : fasilitator dalam meningkatkan Adaptasi

Acceptance and Commitment therapy (ACT)

Definisi → terapi dengan strategi penerimaan dan kesadaran dalam menghadapi perubahan perilaku pada masalah psikososial.

Prinsip ACT (Hayes, 2006)

1. Acceptance
2. *Cognitive defusion*
3. *Being Present*
4. *Self as a context*
5. *Values*
6. *Committed Action*

Indikasi terapi ACT :

1. Gangguan psikososial (ketidakberdayaan, cemas, depresi (Freeman, 2004)).
2. Gangguan pola kebiasaan psikotik, cemas, depresi (Hayes, 2010).

Prosedur ACT:

1. Bahar (2015) → 8 Sesi (Pengenalan, Menilai masalah, kontrol hal negatif. Memisahkan nilai buruk, Membangun kepercayaan, Nilai & evaluasi, solusi, kesimpulan.
2. Hayes (2005) dalam Widuri (2012) → Identifikasi masalah, identifikasi nilai, berlatih menerima kejadian, Komitmen.

Prinsip ACT

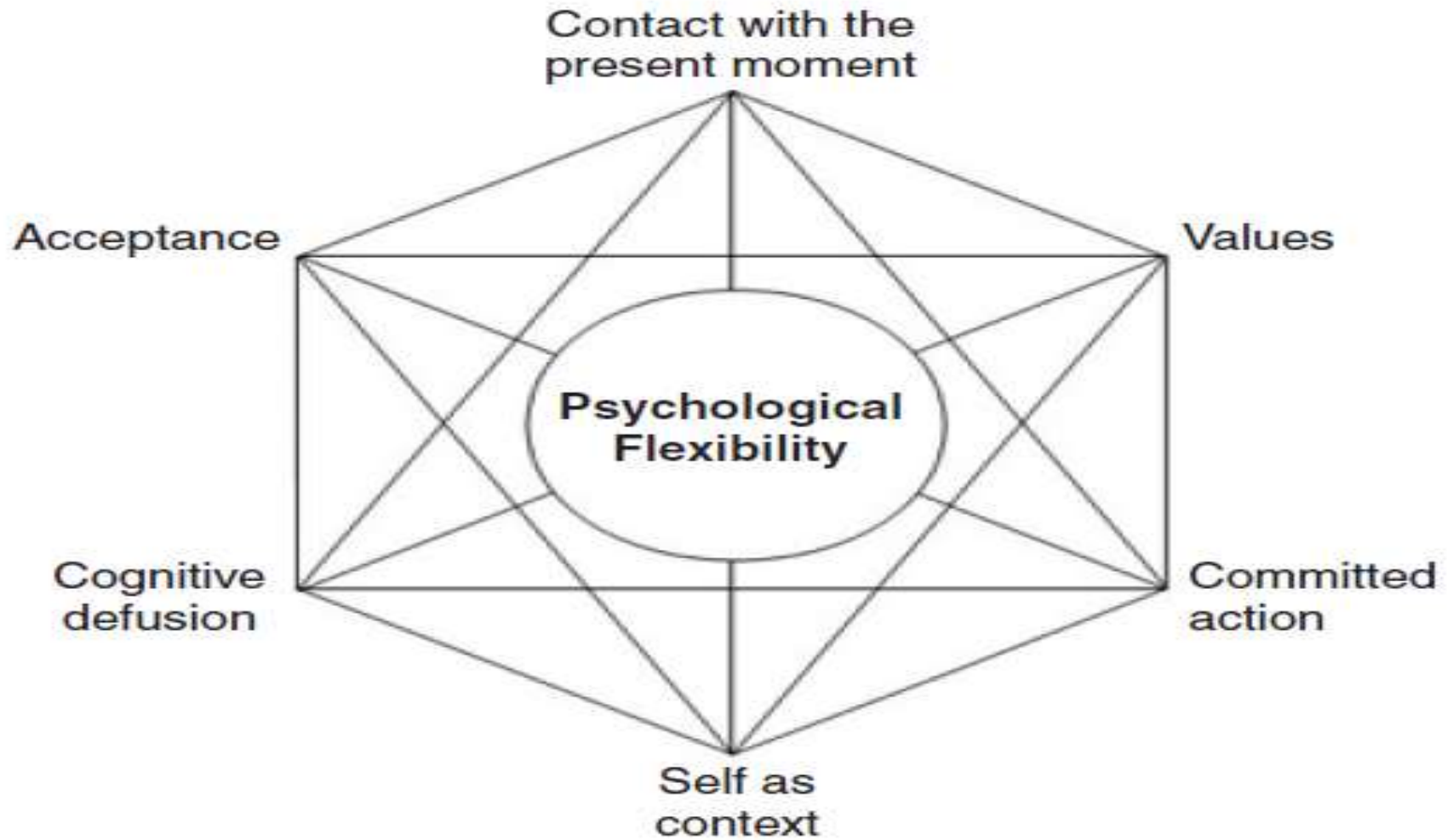


Figure 1. An ACT model.

Populasi dan sampel penelitian



Populasi pasien GGK yang
menjalani Hemodialisa RS
Sint Carolus.

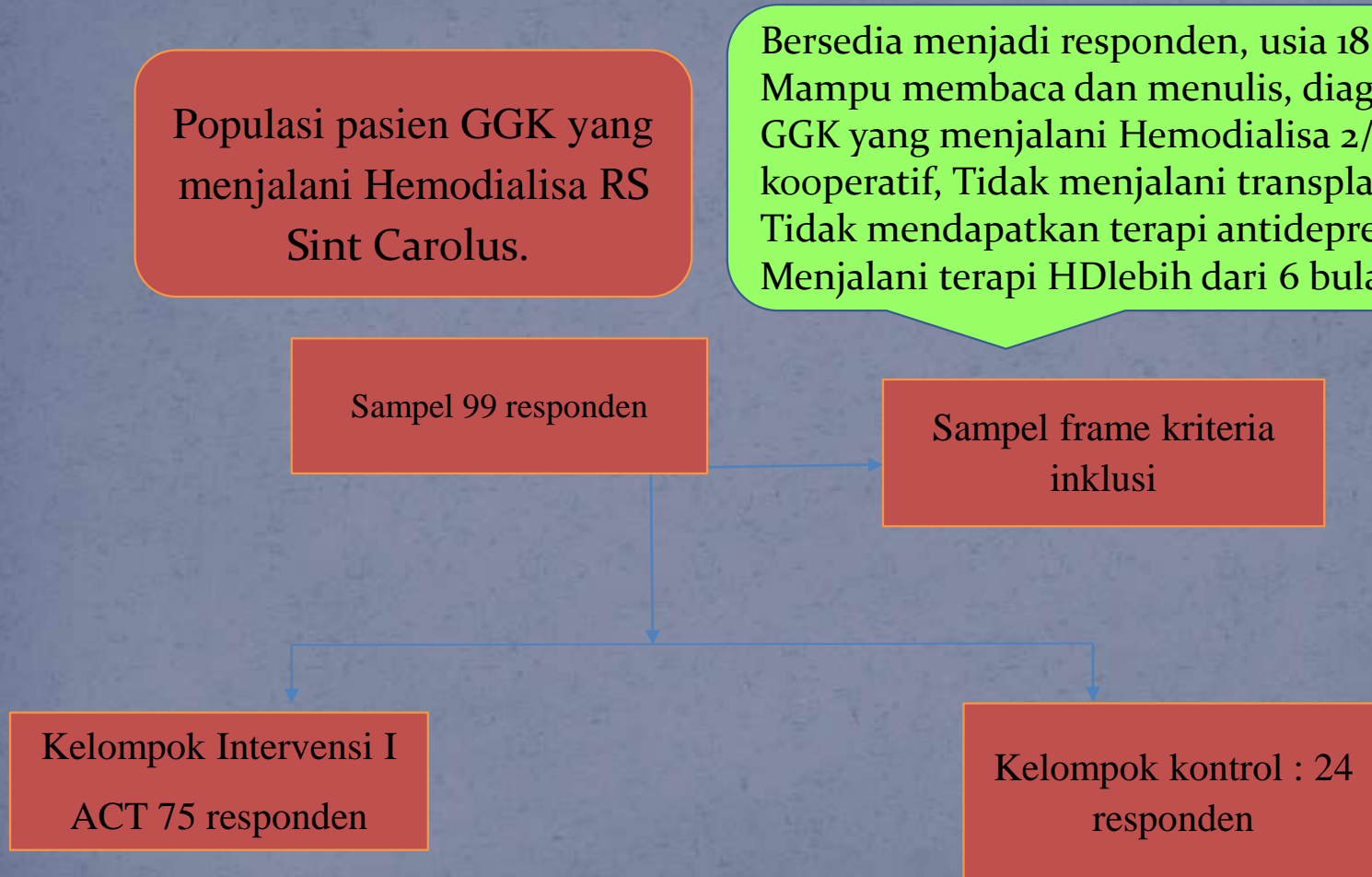
Bersedia menjadi responden, usia 18 – 65 tahun,
Mampu membaca dan menulis, diagnosa medis
GGK yang menjalani Hemodialisa 2/3 x/minggu,
kooperatif, Tidak menjalani transplantasi ginjal
Tidak mendapatkan terapi antidepresan
Menjalani terapi HD lebih dari 6 bulan

Sampel 99 responden

Sampel frame kriteria
inklusi

Kelompok Intervensi I
ACT 75 responden

Kelompok kontrol : 24
responden



Prosedur Acceptance and Commitment therapy (ACT)

Sesi 1:

membina hubungan saling percaya, penjelasan prosedur dan tujuan terapi, identifikasi data pasien, Pre test, identifikasi kondisi saat ini sesuai dengan 6 prinsip ACT

Sesi 2:

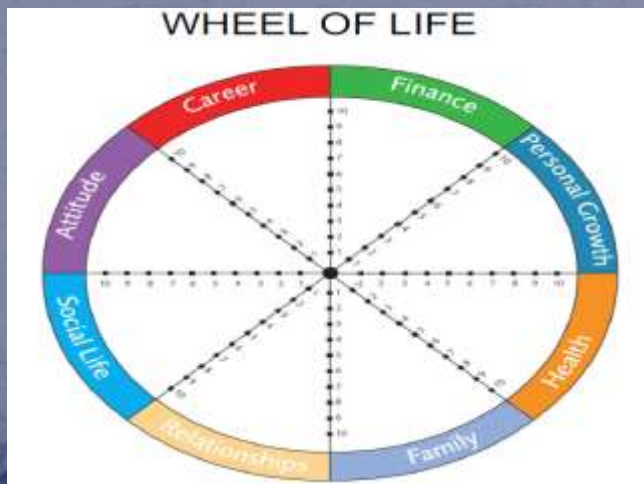
Fokus dan hadir penuh saat terapi, terapi ikhlas, mengurangi penolakan terhadap pikiran atau pengalaman yang tidak menyenangkan

Post Test

Evaluasi atau post test dilakukan empat minggu dari selesainya sesi 3

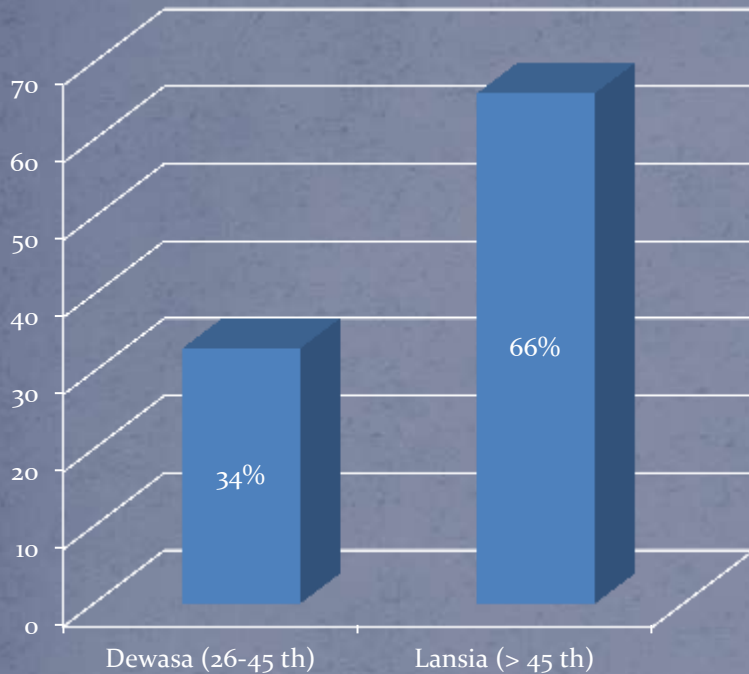
Sesi 3 :

1. Menetapkan nilai menggunakan diagram "Wheel of Live
2. Memilih salah satu perilaku yang dilakukan akibat dari pikiran dan perasaan yang timbul terkait kejadian tidak menyenangkan
3. Mengatasi perilaku yang kurang baik yang sedang dipilih
4. Berkomitmen dan bertanggung jawab terhadap nilai



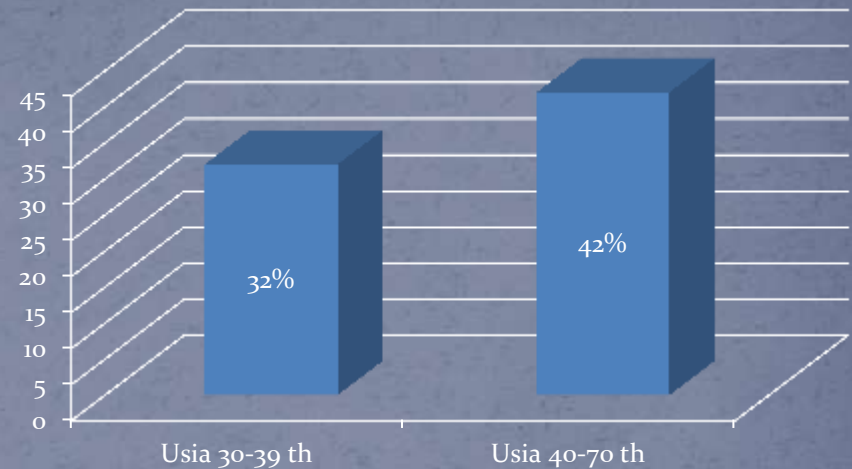
Hasil & Pembahasan Univariat

- Distribusi Frekuensi Usia



- Penelitian Arora (2012) → penderita GJK diderita mulai usia 22 tahun
- Giatno, 2010 → GJK 60% adalah usia dewasa dan lansia

- Penelitian Lebov *et al.*, (2015)



Penelitian Amoako, Laryea, Bedu-Addo, Andoh, & Awuku (2014) → rata-rata pasien yang didiagnosa GJK adalah pada usia 40-49 tahun.

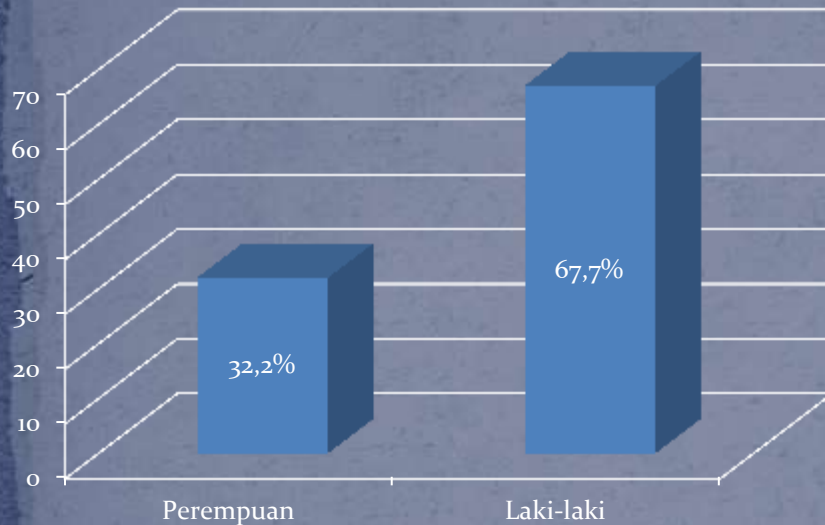
Chudek *et al.*, (2014) → usia lanjut → penurunan GFR sampai dengan < 60 ml/min/1,73 m²

Black and Hawks (2014) → Prevalensi GJK ↑ lanjut usia → Peny degeneratif: diabetes melitus, hipertensi

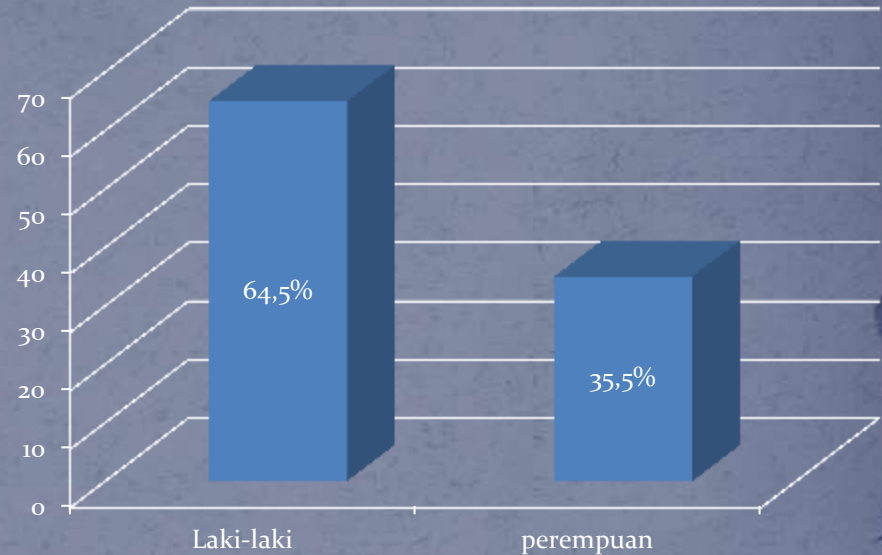
Smeltzer dan Bare (2012) → hilangnya elastisitas jaringan ikat & ↓ relaksasi otot polos pembuluh darah

Distribusi Frekuensi Jenis kelamin

• Hasil penelitian ini



• Penelitian Amoako et al (2014)



• Penelitian Aorora (2012) → sebagian besar penderita GGK : laki-laki

• Faktor yg mempengaruhi : merokok, alkohol dan minuman suplemen

• Smeltzer & Bare (2012) → ↑laki-laki :
a. Pembesaran prostat → terjadinya obstruksi dan infeksi → penurunan fungsi ginjal.

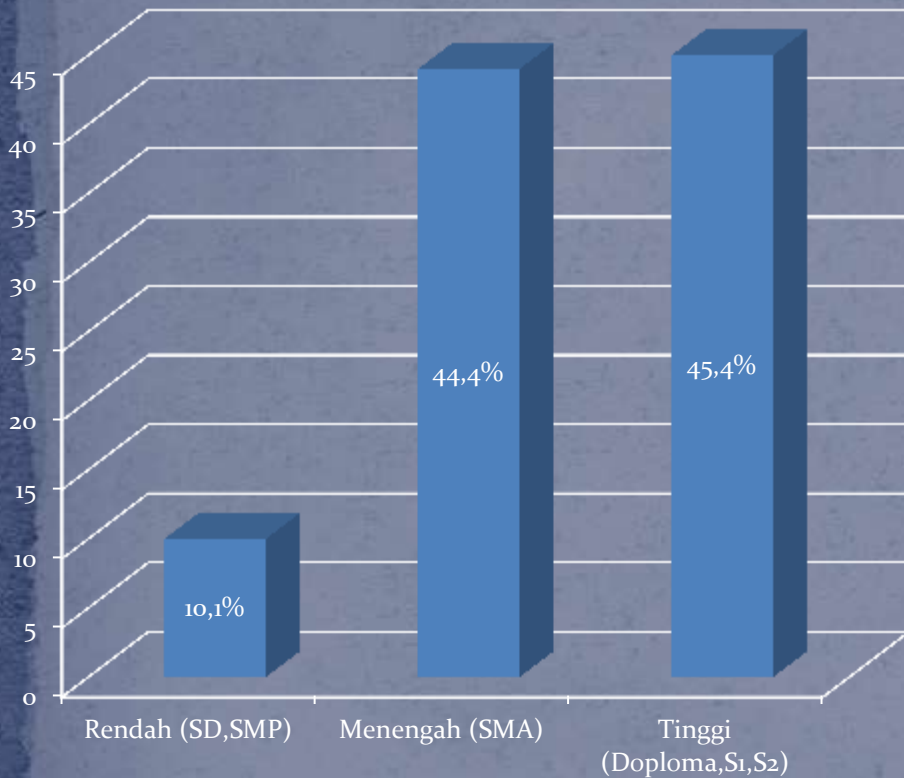
b. Batu renal → pengendapan zat pembentuk batu

• Faktor yg mempengaruhi : hipertensi dan merokok Amoako et al (2014)

• Sibinger dan Neugarten (2014) → ↑laki-laki, karena wanita memiliki hormon estrogen : antioksidan yg melindungi kegiatan hemodinamik glomerulus

Distribusi Frekuensi Tingkat Pendidikan

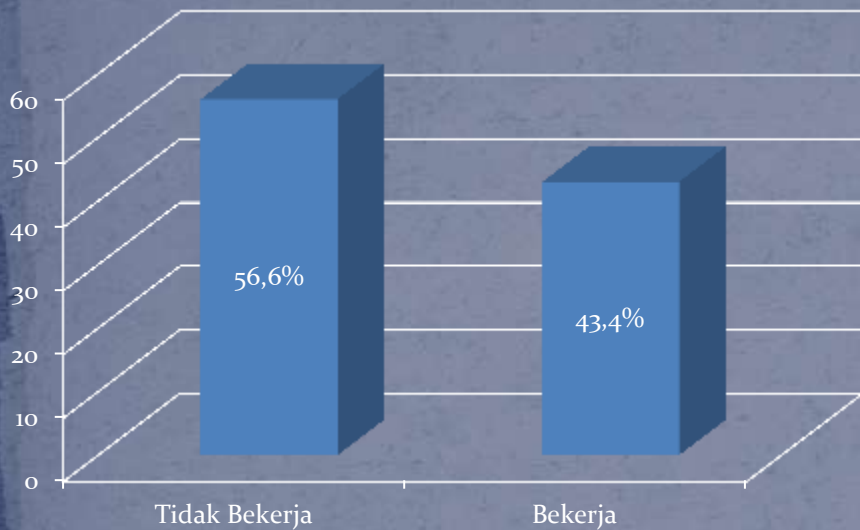
- Hasil penelitian ini



- Yuliaw (2009) → penderita GGK yang memiliki pendidikan lebih tinggi → mengontrol diri → mudah memahami tentang anjuran atau edukasi dari petugas kesehatan
- Anees *et al.*, (2014) → pendidikan yang tinggi → mengidentifikasi stresor

Distribusi Frekuensi Pekerjaan

• Hasil penelitian ini



• Amoako *et al.*, (2014) → sepertiga pasien yang didiagnosa GSK harus berhenti bekerja

• implikasi yang cukup mengkhawatirkan bagi kesejahteraan sosial ekonomi individu dan keluarga.

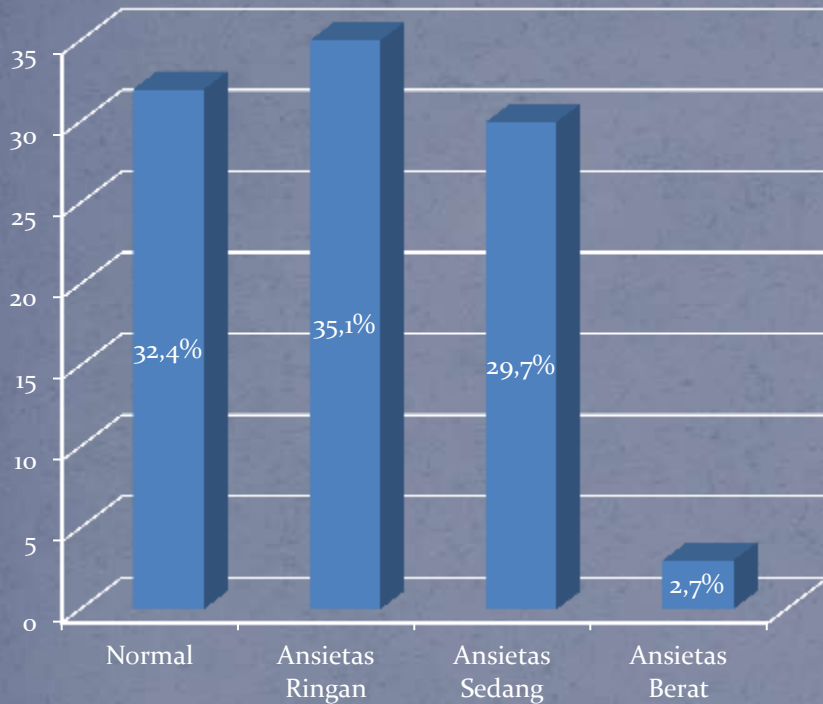
Black and Hawks (2014) →

• penurunan produksi sel darah merah → lemas, kelelahan dan intoleransi terhadap aktivitas → penurunan aktivitas dan produktifitas

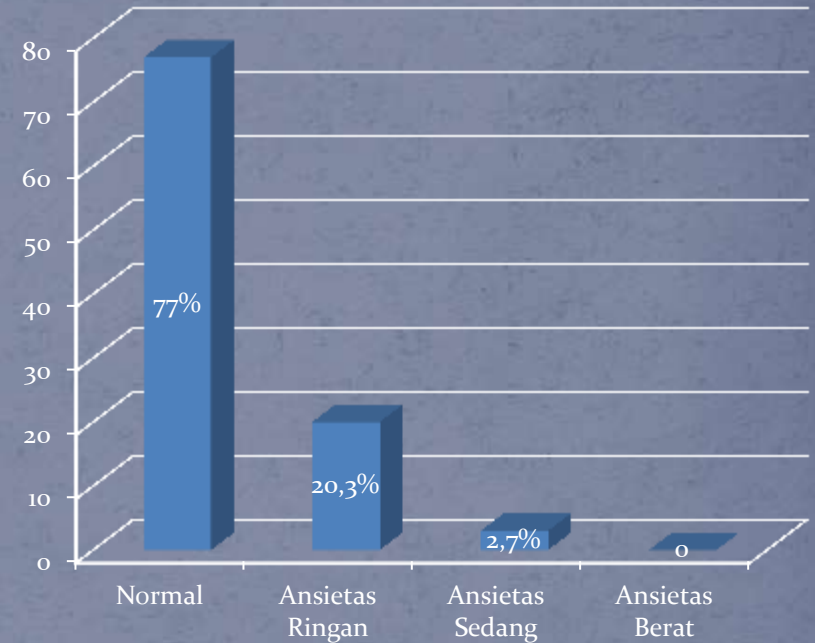
• Secara Psikologis :
hemodialisa seumur hidup → stres → penurunan kekuatan ,kurang mengontrol penyakit dan pengobatan → Perasaan ini menjadi beban keluarga

Hasil Uji Beda Berpasangan (Kecemasan)

• Pre Test



• Post Test



P value : 0,000

Pembahasan Uji Beda : Kecemasan

Hmwe, Subramanian, Tan, & Chong (2015) → 52% pasien yang menjalani Hemodialisa menunjukkan kecemasan → perlunya intervensi untuk mengatasi masalah psikologi

responden untuk terlibat aktif
→ hasil mekanisme adaptif

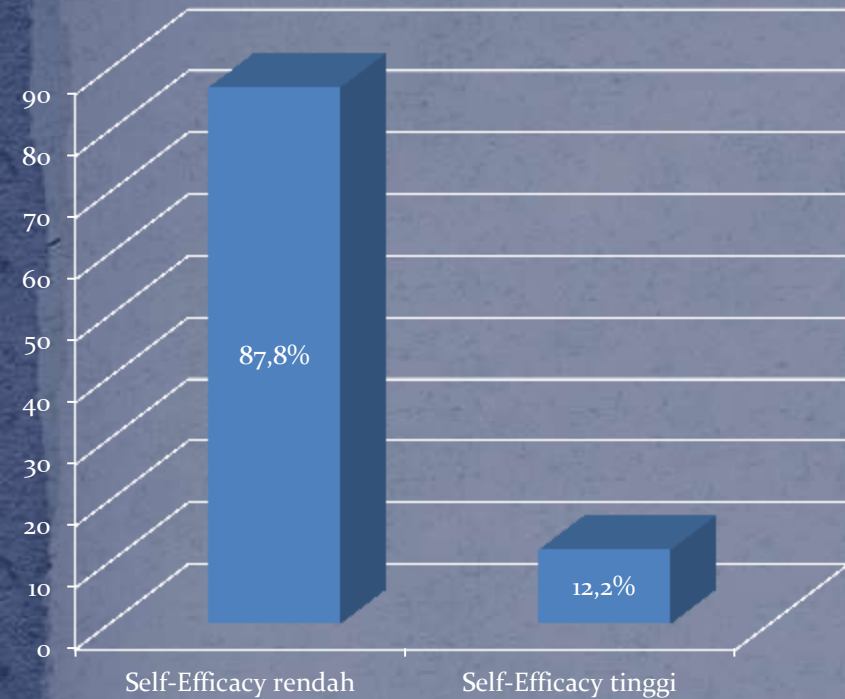
Hmwe *et al.*, (2015) → ACT signifikan berpengaruh terhadap penurunan kecemasan dengan p value = 0,001 → mempengaruhi neurotransmitter dan fungsi hormon

ACT → meningkatkan aspek psikologi → dampak positif
→ mempengaruhi neurotransmitter
→ perubahan sistem limbik → Asam Gamma-Aminobutirat → respon relaksasi

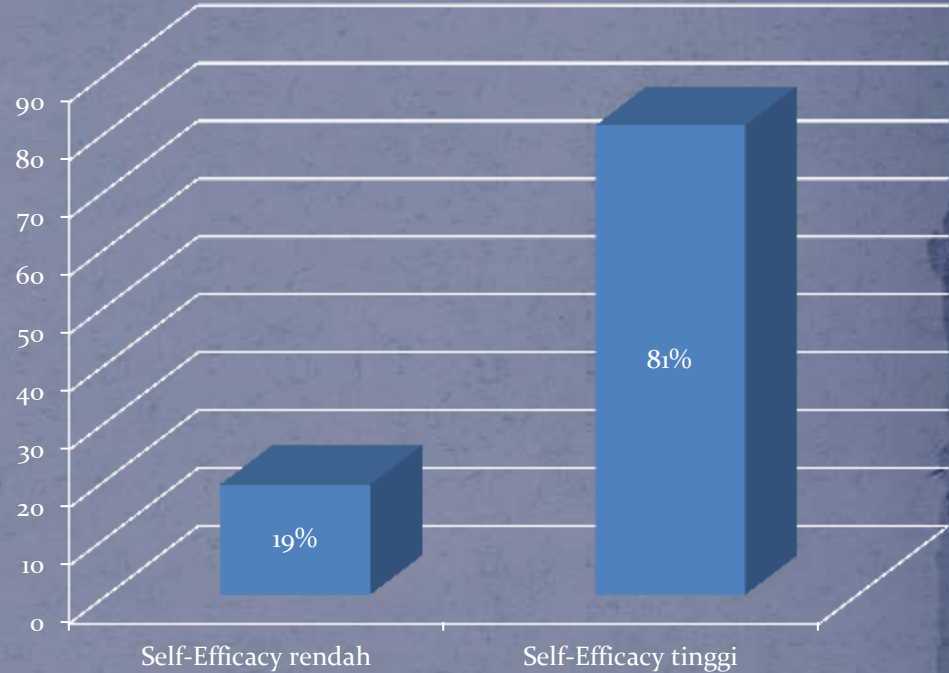
Klang, Bjorvey, Bergkud, Sundset & Clyne (2009) → pasien GGK yang mendapatkan intervensi ACT → motivasi yang lebih baik, mampu melakukan aktivitas dan memiliki tingkat kecemasan yang lebih ringan

Hasil Uji Beda Berpasangan (Self Efficacy)

• Pre Test



• Post Test



P value : 0,000

Pembahasan Uji Beda : Self Efficacy

setelah intervensi → mayoritas responden sebanyak 67 orang (67,7%) memiliki *Self-Efficacy* yang tinggi

teori adaptasi Roy → Pasien GGK akan melewati fase beradaptasi berdampak terhadap penurunan aktifitas, istirahat, perubahan perilaku → ACT merupakan terapi yang membantu pasien beradaptasi secara fisiologis dan psikososial

Penelitian Kott (2008) → *Self-Efficacy* yang tinggi → mendorong proses kontrol diri untuk mempertahankan perilaku yang dibutuhkan dalam mengelola perawatan diri pada pasien GGK

self-efficacy berhubungan dengan kepatuhan terhadap pengobatan, perilaku sehat, dan penurunan masalah psikologis (Rawlins, William & Beck, 2013).

Conner & Norman (2005) dalam (Akin, 2009) → peningkatan tingkat *Self-Efficacy* memiliki pengaruh yang positif pada perilaku kesehatan, mengontrol gejala, kepatuhan terhadap pengobatan, gejala fisik dan psikologi dan kualitas hidup

Sistesis Peneliti

Mayoritas responden ikut berperan aktif dalam intervensi ACT, responden merupakan pasien yang telah menjalani terapi hemodialisa lebih dari 6 bulan

penderita dengan hemodialisis yang mempunyai *self-efficacy* yang tinggi mampu untuk mengontrol perilaku perilaku sehat mereka, dan mampu untuk mengembalikan kontrol perilaku sehat mereka setelah terjadinya kemunduran dalam perilaku sehat mereka

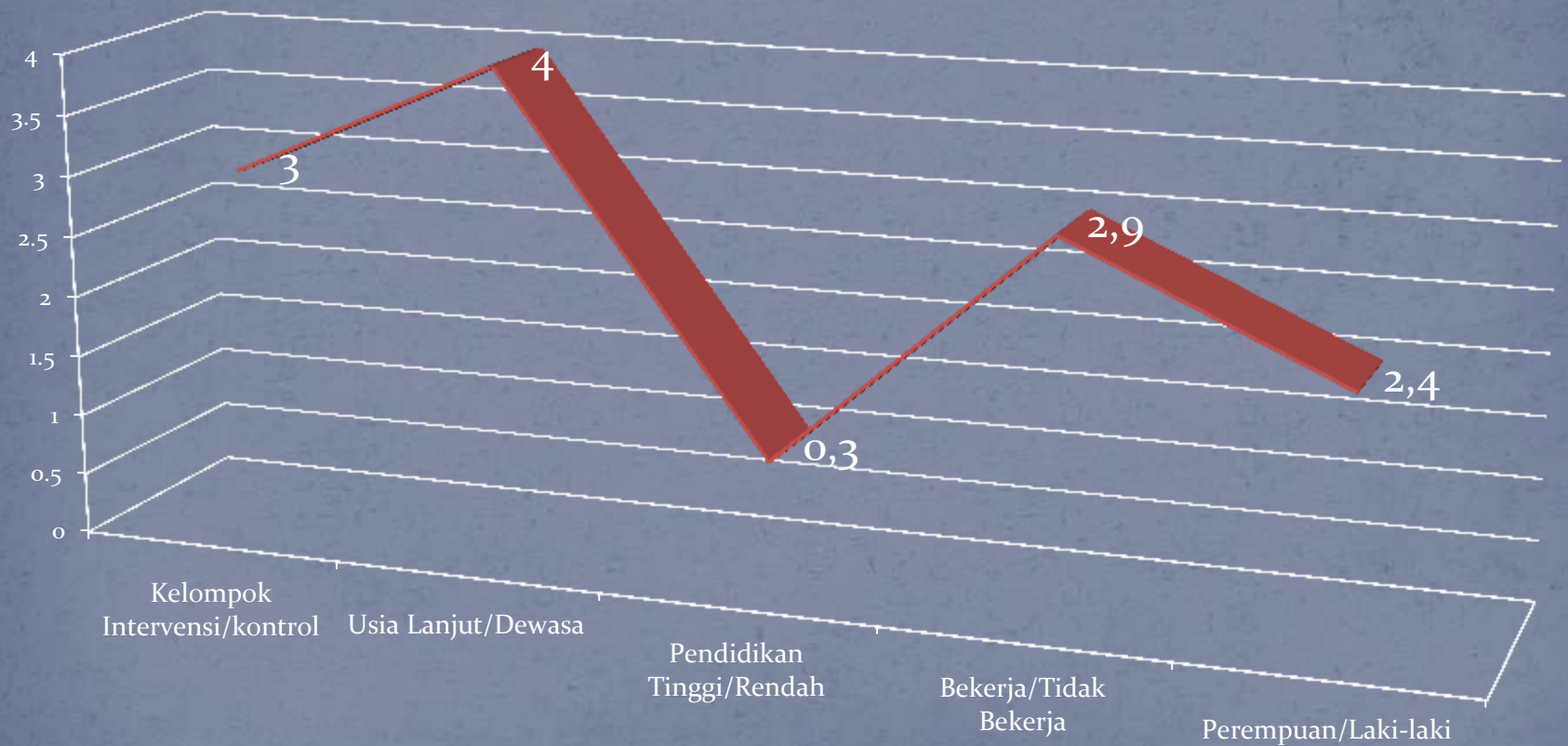
ACT merupakan terapi yang menitikberatkan pada interaksi dalam bentuk komunikasi, kepercayaan dan membuat komitmen bersama antara terapis dengan pasien

Mayoritas responden memiliki koping individu yang baik sehingga *Self-efficacy* meningkat setelah dilakukan ACT

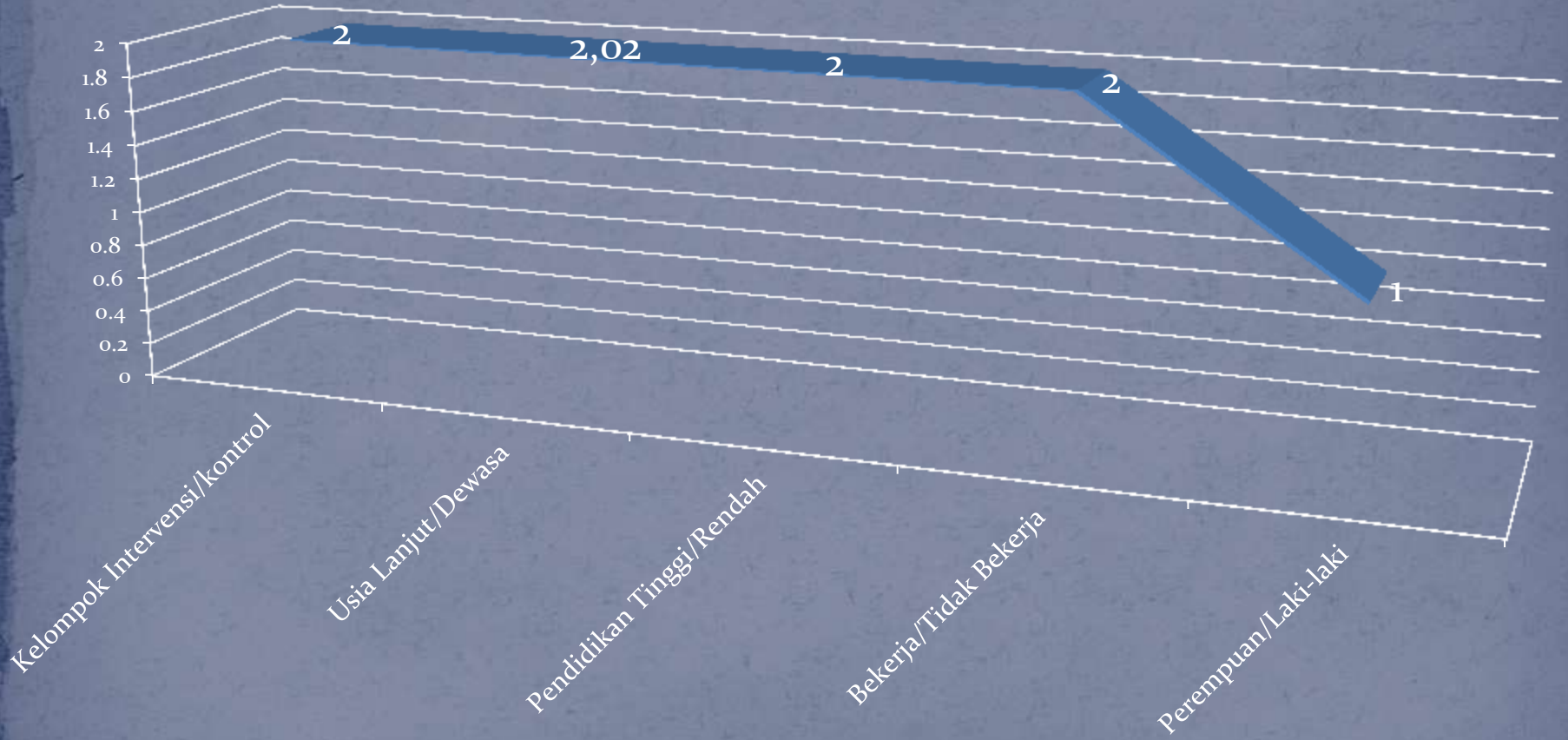
Hasil Uji Multivariat

Uji	Hasil Uji	Kesimpulan
Kelayakan Model <i>Fit</i>	penurunan nilai <i>-2 Log Likelihood</i>	model dengan variabel independen memberikan akurasi yang baik untuk memprediksi perubahan tingkat kecemasan dan Self-efficacy
Keseluruhan Model	nilai Chi-Square = 0,977 dan 0,651	Intervensi ACT memiliki model penelitian yang layak digunakan untuk memprediksi kecemasan dan Self-efficacy
<i>Pseudo R-Square</i>	<i>Cox and Snell</i> sebesar 0,25 dan 0,255	variabel independen memberikan kontribusi terhadap variabel kecemasan sebesar 25% dan self efficacy 25,5%
<i>Parameters Estimates</i>	<ul style="list-style-type: none"> a. Usia = 0,034, /0,200 b. Pekerjaan= 0,031/ 0,163 c. Jenis Kelamin= 0,162/ 0,659 d. Pendidikan = 0,924/ 0,732 e. Intervensi ACT = 0,000 	<p>Intervensi ACT, usia dan pekerjaan memberikan pengaruh perubahan kecemasan.</p> <p>Intervensi ACT pengaruh perubahan Self-efficacy</p>
Uji <i>Paralel Lines</i>	p=0,000 (<0,05)	Variabel independen secara bersama-sama mempengaruhi tingkat kecemasan dan Self-efficacy

Nilai *Odds Ratio* variabel-variabel predictor terhadap penurunan Kecemasan



Nilai *Odds Ratio* variabel-variabel predictor terhadap peningkatan *Self-Efficacy*



Implikasi Penelitian

Praktek Keperawatan

kontribusi bagi pengembangan praktik keperawatan mandiri dalam memberikan terapi non farmakologis

Pendidikan Keperawatan

intervensi mandiri keperawatan yaitu *Acceptance and Commitment Therapy (ACT)* bagi pasien yang mengalami gangguan psikososial

Bagi Penelitian Keperawatan

penelitian lanjutan dengan variabel dependen gangguan psikososial lainnya antara lain pengaruh ACT terhadap tingkat depresi, gangguan pola kebiasaan, nyeri dan lain sebagainya

Kesimpulan & Saran

Kesimpulan

- mayoritas 66,7% usia lansia, 67,7% laki-laki, 45,4% memiliki tingkat pendidikan tinggi, 56,6% tidak bekerja.
- hasil uji beda berpasangan dan independen menunjukkan ada perubahan kecemasan dan Self Efficacy dengan $p=0.000$.
- intervensi ACT pengaruh terhadap perubahan kecemasan sebesar 25% dan 25,5%, *Self Efficacy*

Saran

- **Praktik Keperawatan** : ACT secara statistic berpengaruh terhadap perubahan kecemasan dan *Self-Efficacy*
- **Pendidikan Keperawatan** : ACT dapat dimasukkan dalam mata ajaran terkait dengan terapi non farmakologis
- **Penelitian Keperawatan** : penelitian lanjutan untuk menyempurnakan dan memperdalam penelitian dengan memodifikasi variabel dependen dan confounding



MATUR NUWUN...