
PENGARUH *COACHING* TERHADAP *SELF EFFICACY* PADA PASIEN STROKE ISKEMIK: KAJIAN LITERATURE REVIEW

Oleh :

Fuji Istiana¹⁾, Febi Septiani²⁾

¹⁾Dosen Universitas Annur, Email: fujjistiana@gmail.com

²⁾Dosen Universitas Annur, Email: febis3430@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Stroke iskemik menimbulkan beberapa dampak, diantaranya yaitu pembatasan fisik, disfungsi sosial dan psikologi yang dapat menyebabkan perubahan kondisi sehingga dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan yang berhubungan dengan *self efficacy*. Hasil pengkajian psikologi menunjukkan bahwa pasien-pasien stroke yang dirawat di Rumah Sakit Elisabeth medan rata-rata mengatakan kurang memiliki keinginan melakukan latihan fisik karena tidak yakin menghadapi gangguan fisik yang dialaminya. *Coaching* merupakan salah satu upaya yang dapat mempengaruhi *self efficacy* pada pasien stroke dalam melakukan aktivitas atau latihan gerak.

Metode: Metode yang digunakan dalam penulisan ini adalah *literatur review*. Sumber yang digunakan dalam penulisan artikel ini adalah jurnal, artikel dan buku referensi dengan kata kunci *self efficacy*, *stroke*, dan *coaching*.

Hasil: Beberapa elemen yang ada pada *coaching* dapat meningkatkan *self efficacy* pada pasien stroke iskemik. Pemberian informasi yang berupa edukasi tentang stroke, *stroke self management*, aktivitas sehari-hari dan pola gaya hidup yang sehat dan keterampilan berupa latihan ROM (*Range Of Motion*) dapat mempengaruhi proses kognitif, *Negotiating health behavior* dapat mempengaruhi proses seleksi dengan pendekatan psikoterapi untuk menangani perilaku maladaptif melalui tujuan yang berorientasi dan prosedur sistematis, penyediaan *training* pemecahan masalah dapat mempengaruhi proses motivasional. dalam proses motivasional seseorang membentuk keyakinan bahwa diri mereka mampu dan mengantisipasi berbagai kemungkinan *outcome* positif dan negatif. Penyediaan *training* pemecahan masalah sebagai salah satu elemen dari strategi *coaching* hadir sebagai upaya yang dapat mempengaruhi proses motivasional sebagai dimensi dalam *self efficacy*, dan membantu aspek emosional dapat mempengaruhi proses afektif dalam atribut *self efficacy* yang dipengaruhi oleh tekanan yang dialami ketika seseorang menghadapi situasi-situasi yang mengancam, dimana reaksi-reaksi emosional tersebut dapat mempengaruhi tindakan baik secara langsung maupun tidak langsung melalui perubahan jalan pikiran.

Kesimpulan: *Coaching* yang terdiri dari beberapa elemen dapat digunakan perawat sebagai intervensi dalam upaya peningkatan *self efficacy* pada pasien stroke iskemik.

Kata Kunci : *Coaching*, *self efficacy*, *stroke iskemik*

**THE EFFECT OF COACHING ON SELF EFFICACY IN ISCHEMIC STROKE
PATIENTS: A LITERATURE REVIEW**

By :

Fuji Istiana ¹⁾, Febby Septiani²⁾

¹⁾Lecturer of Universitas An Nuur, Email: fujiiistiana@gmail.com

²⁾Lecturer of Universitas An Nuur, Email: febis3430@gmail.com

ABSTRACT

Preliminary : Ischemic stroke has several impacts, including physical limitation, social and psychological dysfunction that can cause in conditionsa that can affect various aspects of life realted to self efficacy. The result of psychological studies show that stroke patients treated at Elisabeth Hospital on average said they lacked the desire to do physical exercise because they were not sure of facing physical disorder they experinced. Coaching is one of the efforts that can affect self efficacy in stroke patinets in doing activities or motion exercises.

Method :The method used in this paper is literatur review. The sources used in writing this article are journals, articles and books reference with the keywords self-efficacy, stroke, and coaching.

Result: Several elements in training can improve self-efficacy in ischemic stroke patient. Provision of information that contains education about strpke, stroke self-management, daily activities and healthy lifestyle patterns and skills consisting of ROM (Range of Motion) exercise can influence cognitive processes, negotiate health behaviors can influence the process, adjust to psychotherapy therapy for needs maladaptive through goal oriented and systematic procedures, training preparing problem solving can influence the motivational process. In the process of motivating someone to form beliefs they support and ask for various positive and negative results. Completion of training to overcome the problem one element of the coaching strategy is present as a motivation that can affect the process of motivation in self, and help emotional aspects can affect the affective process in the attributes of self efficacy associated with response assistance, where emotional reactions can influence direct or indirect actions directly through changing the way of the mind.

Conclusion: coaching consisting of some elements can be used by nurses as an intervention in an effort to increase self efficacy in ischemic stroke patients.

Keyword : Coaching, self efficacy, ischemic stroke

PENDAHULUAN

Stroke iskemik meninggalkan gejala sisa berupa pembatasan fisik, disfungsi sosial dan psikologi yang dapat menyebabkan perubahan kondisi sehingga dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan yang berhubungan dengan *self efficacy*. Gangguan yang diakibatkan oleh penyakit stroke dapat menimbulkan perubahan dalam kehidupan individu karena penurunan fungsi tubuh sehingga dapat menimbulkan ketergantungan.

Self efficacy merupakan salah satu mediasi kuat yang dapat mempengaruhi tingkat aktivitas fisik individu. *Self efficacy* juga merupakan mekanisme positif yang dapat memediasi perubahan perilaku, usaha dan ketekunan individu dalam mengikuti kegiatan. Sedangkan menurut Bandura (1997) *self efficacy* didefinisikan sebagai keyakinan sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau melakukan suatu kegiatan untuk mencapai suatu hasil tertentu.

Self efficacy meliputi proses motivasional, proses kognitif, proses afektif, dan proses seleksi. *Self efficacy* akan memotivasi seseorang secara kognitif untuk bertindak lebih cepat dan terarah, selain itu *self efficacy* juga dapat mempengaruhi perubahan perilaku dan

merupakan salah satu stimulus seseorang untuk melakukan suatu kegiatan. Bandura (1997) mengemukakan bahwa seseorang yang memiliki *self efficacy* rendah maka akan berperilaku tanpa tujuan dan tidak tau apa yang harus dilakukan, dan begitupun sebaliknya, seseorang dengan *self efficacy* yang optimum maka akan berilaku sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai dan lebih terarah.

Pada pasien stroke, untuk mencapai *self efficacy* yang baik memerlukan penatalaksanaan dan asuhan yang baik pula sehingga peran perawat sebagai koordinator atau *leader* sangat dibutuhkan. Melalui perannya sebagai *leader*, perawat diharapkan dapat mengoptimalkan dukungan terhadap pasien stroke iskemik untuk meningkatkan *self efficacy* pada pasien stroke iskemik.

Salah satu strategi dalam penerapan gaya kepemimpinan transformasi organisasi adalah *coaching*. Dalam strategi *coaching* ini pemimpin berfokus pada pengembangan anggota. Pemimpin menilai anggota sebagai pribadi yang memiliki potensi besar untuk dapat berkembang dan mencapai hasil yang terbaik. Para pemimpin akan melibatkan anggota dalam pengambilan keputusan sesuai porsi masing-masing, sehingga diharapkan dalam kapasitasnya, mereka dapat menjadi lebih mandiri dan

mengemban tugas dan tanggung jawab yang lebih besar.

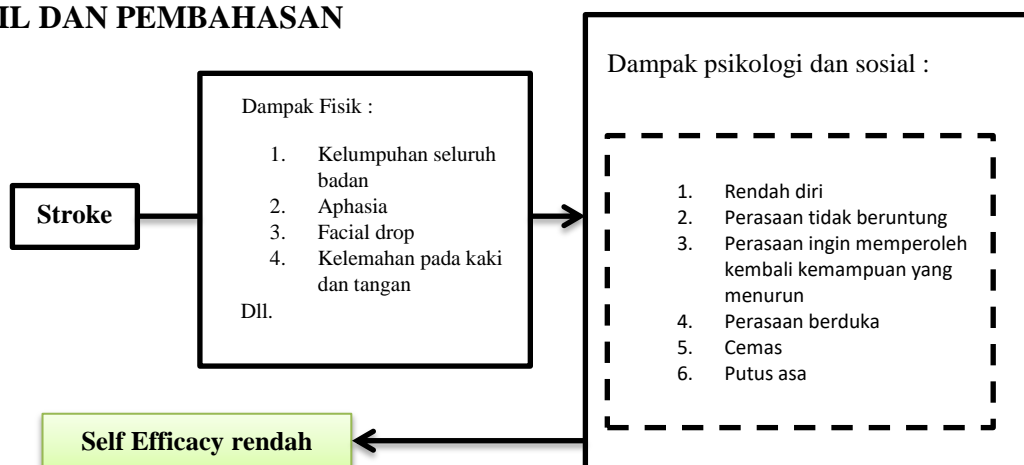
Metode *coaching* menurut Ghorob (2011) memiliki beberapa elemen esensial diantaranya yaitu: memberikan informasi, memberikan keterampilan, *Negotiating health behavior change*, menyediakan *training* pemecahan masalah, dan membantu aspek emosional. beberapa elemen tersebut sesuai sebagai intervensi untuk meningkatkan *self efficacy* pada pasien stroke iskemik yang menurut bandura (1997) bersumber dari pengalaman pribadi, pengalaman orang lain dan persuasi verbal. Dari 3 elemen sumber tersebut upaya yang perlu dilakukan untuk meningkatkan *self efficacy* yaitu dengan melatih dengan mengalami sendiri, melatih melalui model, dan persuasi verbal. Metode *coaching* dipilih karena metode ini memungkinkan tercapainya 3 elemen dalam peningkatan *self efficacy* dengan cara mengintegrasikan 3 elemen tersebut.

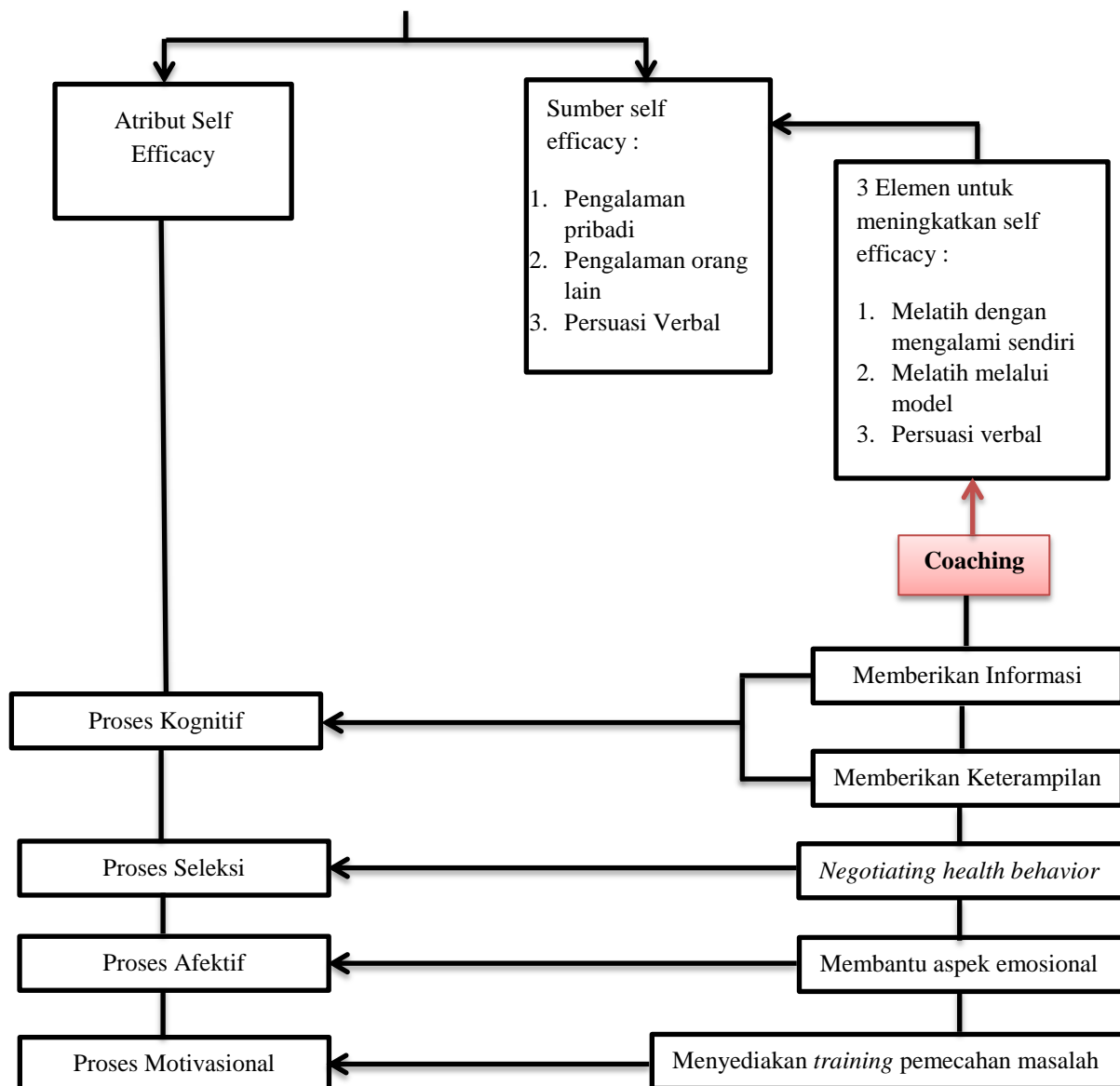
Metode *coaching* memiliki keunggulan karena tidak hanya mementingkan aspek kognitif namun juga aspek psikomotorik dan psikologis.

METODE

Metode yang digunakan dalam penulisan ini adalah *literature review*. Studi *literature* ini menganalisa tentang *self efficacy* pada pasien stroke dan strategi *coaching*. kemudian melakukan sintesa untuk menjelaskan pengaruh dari *coaching* terhadap *self efficacy* pada pasien stroke. Sumber yang digunakan dalam penulisan ini adalah jurnal, artikel dan buku yang berkaitan dengan *self efficacy* dan *coaching*. Tahun penerbitan Jurnal, artikel dan buku yang digunakan dalam penulisan ini adalah dari tahun 1997 sampai 2019. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian artikel dan jurnal adalah “*Self Efficacy*”, “*Stroke*” dan “*Coaching*”.

HASIL DAN PEMBAHASAN





Gambar 1. Hubungan *Coaching* dengan *self efficacy* pada pasien stroke.

(Ghorob, 2011; Bandura, 1997)

Sesuai dengan skema diatas, beberapa elemen dalam *coaching* yang dapat digunakan sebagai upaya untuk meningkatkan *self efficacy* pada pasien stoke adalah sebagai berikut :

1. Memberikan informasi

Memberikan informasi berupa health education dapat mempengaruhi self

efficacy pada dimensi proses kognitif. Informasi yang kompleks sangat diperlukan dalam pemrosesan kognitif pada self efficacy. Informasi yang diberikan utuk pasien stroke diantaranya yaitu edukasi tentang stroke, *stroke self management*, aktivitas sehari-hari dan pola gaya hidup yang sehat. Penelitian yang dilakukan oleh Kamtono, Nurhayati

& Wulandari (2017) menyebutkan bahwa *health education* berpengaruh secara signifikan dalam meningkatkan *self efficacy* dengan nilai *P value* 0,000. Dalam penelitian ini menyimpulkan bahwa *health education* yang diberikan dengan baik pada pasien mampu meningkatkan keyakinan pasien untuk mengelola penyakitnya sendiri.

2. Memberikan keterampilan

Memberikan bekal keterampilan dalam hal ini adalah latihan fisik dan keterampilan ROM (*Range Of Motion*) dapat mempengaruhi *self efficacy* pada komponen proses kognitif. Salah satu penelitian yang dilakukan oleh Howarth dan Young (2009) dengan judul penelitian *the effects of exercise and education programme on exercise self efficacy and levels independent activity in adults with acquired neurological pathologies* menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap *self efficacy* dalam melakukan aktivitas dengan nilai *P value* = 0.001.

3. *Negotiating health behavior*

Negotiating health behavior merupakan salah satu elemen dalam strategi *coaching* yang dapat mempengaruhi *self efficacy* dalam dimensi proses seleksi. Proses seleksi mencakup modifikasi lingkungan dan

perilaku. CBT dianggap efektif untuk pengobatan berbagai kondisi kesehatan, banyak program untuk gangguan tertentu telah dievaluasi keberhasilannya. Dalam hal ini yang diberikan yaitu pendekatan psikoterapi untuk menangani perilaku maladaptif melalui tujuan yang berorientasi dan prosedur sistematis. Penelitian yang dilakukan Manuntang (2015) tentang *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) terhadap *self efficacy* dengan nilai *P value* 0.000 yang berarti ada pengaruh yang signifikan antara CBT dengan peningkatan *self efficacy*.

4. Membantu aspek emosional

Membantu aspek emosional dapat mempengaruhi *self efficacy* dalam dimensi proses afektif yang dipengaruhi oleh tekanan yang dialami ketika seseorang menghadapi situasi-situasi yang mengancam, dimana reaksi-reaksi emosional tersebut dapat mempengaruhi tindakan baik secara langsung maupun tidak langsung melalui perubahan jalan pikiran. Membantu aspek emosional yang merupakan salah satu elemen dari strategi *coaching* hadir sebagai intervensi dalam upaya mencegah masalah-masalah emosional yang dapat mempengaruhi *self efficacy*. Salah satu penelitian yang dilakukan oleh Prastadila & Paramita (2013) menunjukkan hasil bahwa semakin tinggi *emotional intelligence* seseorang,

maka semakin tinggi pula *self efficacy*nya.

5. Menyediakan *training* pemecahan masalah

Menyediakan *training* terhadap pemecahan masalah merupakan salah satu elemen dari strategi *coaching* yang dapat meningkatkan *self efficacy* pada dimensi proses motivasional. Dalam proses motivasional seseorang membentuk keyakinan bahwa diri mereka mampu dan mengantisipasi berbagai kemungkinan *outcome* positif dan negatif. Penyediaan *training* pemecahan masalah sebagai salah satu elemen dari strategi *coaching* hadir sebagai upaya yang dapat mempengaruhi proses motivasional sebagai dimensi dalam *self efficacy*. Penelitian yang dilakukan oleh Yaqin, Niken, & Dharmana (2017) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa *Self Efficacy Training* (SET) dapat meningkatkan *self efficacy* dan kepatuhan diet pada pasien DM.

KESIMPULAN

Meningkatkan *self efficacy* pada pasien stroke sangat penting dilakukan oleh perawat. Model *coaching* yang terdiri dari beberapa elemen dapat menjadi salah satu upaya yang dapat dilakukan perawat untuk meningkatkan *self efficacy* pada pasien stroke iskemik.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura. 1997. *Self-efficacy. The exercise of control*. New York: W.H Freeman;
- George, Terry. 2019. *Dasar-dasar Manajemen* (Edisi revisi B. sari Fatmawati, ed.). Jakarta: Bumi Aksara;
- Ghorob. 2011. *BMC Public Health The effectiveness of peer health coaching in improving glycemic control among low-income patients with diabetes: protocol for a randomized controlled trial*. 11:1–6.
- Hanger, Wilkinson, Sainsburg. 2000. *Stroke patients views on stroke outcome: death versus disability. Clinical Rehabilitation*. 417–24.
- Jones L, Morris R. 2017. *Experiences of adult stroke survivors and their parent carers : a qualitative study*.
- Kamtono S, Nurhayati Y, Wulandari IS. 2017. Pengaruh Pendidikan kesehatan tentang Penanganan Kejang Demam pada Balita terhadap *Self Efficacy* Ibu di Desa Tempur Sari Tambak Boyo Mantingan Ngawi.
- Manuntung A. 2015. Pengaruh *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) terhadap *Self Efficacy* dan *Self Care Behavior* pada Pasien Hipertensi. *Mutiara Med J Kedokt dan Kesehatan*. 15(1):40–51. Available from: <http://journal.umy.ac.id/index.php/mm/article/view/2493/2557>
- Pahandut P, Palangka K. 2018. Hubungan Keyakinan Diri dan Aktivitas Perawatan Mandiri Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pahandut Kota Palangka Raya. 7 (1):199–209.
- Palmer. 2003. *Health coaching to facilitate the promotion of healthy behavior and achievement of health-related goals*.

-
- Int J Heal Promot Educ.* 91–6.
- Prastadila P, Paramita PP. 2013. Hubungan antara Emotional Intelligence dengan *Self Efficacy* Guru yang Mengajar di Sekolah Inklusi Tingkat Dasar. *J Psikol Pendidik dan Perkemb.* 2(1):5.
- Rochman T, Sudiana IK, Quraniati N. 2017. *Health Coaching* Meningkatkan *Self Efficacy* keluarga dalam Melaksanakan Pencegahan Demam Berdarah Dengue. 23–30.
- Sihotang, Gresia L. 2015. Pengaruh *Discharge Planning* Terstruktur Terhadap *Self Efficacy* Pasien Stroke Iskemik di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan.
- Susilawati E, Latief K, Ilmu T, Banten K, Selatan T. 2018. Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Pasien Hemodialisa Dalam. 5 (1):39–48.
- Yaqin A, Niken S, Dharmana E. 2017. Efek *Self Efficacy Training* Terhadap *Self Efficacy* Dan Kepatuhan Diet Diabetesi. *JI-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*. 1(1):1–10.