

STRATEGI SELF-MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN PROFESSIONAL BEHAVIORS

Rully Annisa¹, Shanti Wardaningsih¹, Novita Kurnia Sari¹

¹Program Studi Magister Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Yogyakarta
Email: rullyannisa20@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Terdapat tiga aspek dengan bobot yang sama, yaitu: kognitif, psikomotor, dan soft skill atau professional behaviours sebagai aktivitas profesional yang harus dilakukan oleh perawat sebagai tenaga kesehatan dan menjadi salah satu kompetensi yang harus dicapai oleh mahasiswa selama proses pembelajaran. Maka diterapkannya *self-management* dalam konseling agar mahasiswa dapat mengubah perilaku negatifnya dan mengembangkan perilaku positifnya.

Tujuan: Penelitian ini untuk mengetahui perbedaan *professional behaviours* mahasiswa tingkat II program studi DIII keperawatan AKPER YKY pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah pelatihan *self-management*.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen semu, yang melibatkan mahasiswa. Dengan Rancangan Penelitian *Quasi Eksperimen Nonequivalent Control Group Design*, satu diberikan perlakuan (kelompok intervensi) dan yang tidak diberi apa-apa (kelompok kontrol). Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan *Incidental Sampling*. Teknik analisis yang digunakan adalah *Paired T test* dan *Independent t Test*.

Hasil: Hasil penelitian secara kuantitatif untuk uji beda *mean* nilai *professional behaviours* setelah dilakukan pelatihan *self management* pada kelompok intervensi dan kontrol memiliki nilai $p=0,643$ (dimana $p>0,05$) dapat disimpulkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan.

Kesimpulan: Simpulan penelitian ini adalah tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan setelah pelatihan *self management* antara kelompok intervensi dan kontrol.

Kata Kunci: Pelatihan *self management*, *Professional Behaviours*, Mahasiswa Keperawatan

PENDAHULUAN

Keperawatan di Indonesia merupakan pelayanan yang diberikan secara profesional. Definisi ini juga mempertegas bahwa keperawatan merupakan profesi bukan sekedar pekerjaan. Profesionalisme keperawatan untuk masa sekarang sudah semakin baik. Professional behaviours merupakan salah satu unsur yang harus dipunyai oleh mahasiswa keperawatan selain pengetahuan dan ketrampilan klinik, agar menjadi perawat profesional ketika telah terjun di dunia kerja (Musharyanti, 2010). Menurut Asmara (2013), aktivitas profesional yang dilakukan oleh perawat sebagai tenaga kesehatan meliputi tiga

aspek, yaitu: kognitif, psikomotor, dan soft skill atau professional behaviours. Ketiga komponen harus memiliki bobot yang sama, dan menjadi salah satu kompetensi yang harus dicapai oleh mahasiswa selama proses pembelajaran.

Berdasarkan pernyataan dari Asmara (2013) bahwa Professional behaviours dapat disupervisi, diajarkan dan dievaluasi. Meskipun belum ada definisi yang pasti untuk professional behaviours, banyak ahli merujuk pada sikap dan professional behaviours. Profesional kesehatan harus menguasai satu set kompleks pengetahuan dan ketrampilan kinerja dalam pengaturan akademik dan klinis

untuk menjadi dicapai praktisi (Deborah, 2013).

Profesionalisme adalah salah satu dari beberapa kompetensi yang diharapkan peserta pelatihan medis untuk diperoleh selama pelatihan (Cecilia, 2013). self-management adalah suatu strategi perubahan perilaku yang dalam prosesnya mahasiswa mengarahkan perubahan perilakunya sendiri dengan suatu teknik atau strategi (Nursalim, 2013).

Menurut penelitian Musharyanti (2010), mengenai persepsi dan perilaku mahasiswa keperawatan tentang integritas akademik di program studi ilmu keperawatan fakultas kedokteran Universitas Gadjah Mada didapatkan bahwa dari 230 mahasiswa keperawatan banyak perilaku yang sebenarnya melanggar integritas akademik namun dianggap tidak melanggar (oleh 5,2%-61,3% mahasiswa). Persentase teman mahasiswa yang pernah melakukan pelanggaran integritas akademik dengan 10 persentase tertinggi sebanyak 50%-82,2% dan perilaku yang pernah dilakukan mahasiswa 28,7%-68,7%. Persentase perilaku yang akan dilakukan 3-38,7%.

Sedangkan menurut penelitian Kusumawati (2011) tentang professional behavior pada mahasiswa program studi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta didapatkan professional behavior antara lain team working (31), sikap respect (29 dan 28) dan empathy (28), dan mahasiswa masih kurang dalam menunjukkan sikap kejujuran (honesty) termasuk dalam ujian (11), care baik

terhadap teman (26) maupun fasilitas belajar (13), cara berpakaian yang mencerminkan muslim dan muslimah yang baik (20), self awereness (17) dan kemampuan sebagai lifelong learner (19).

METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *quasi eksperimen nonequivalent control group design*. Melibatkan dua subjek, satu diberikan perlakuan (kelompok eksperimen) dan yang tidak diberi apa-apa (kelompok kontrol).

Teknik sampel dalam penelitian ini menggunakan *Incidental Sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa program studi DIII keperawatan tingkat II (dua) AKPER Yayasan Keperawatan Yogyakarta yang datang dan bersedia untuk mengikuti *pre-test* yang sebelumnya dibagi 2 kelompok yaitu kelas B untuk kelompok intervensi dan kelas A untuk kelompok kontrol. Teknik analisis yang digunakan adalah Uji Paired t-Test dan Uji Independent t-Test.

Pada pertemuan pertama kelompok intervensi dan kelompok kontrol diberikan *pre-test*, selanjutnya pertemuan kedua diadakan pelatihan sebagai perlakuan untuk kelompok intervensi. Dan pada pertemuan terakhir kelompok intervensi dan kelompok kontrol diberikan *post-test*.

Proses pelatihan self management untuk Kelompok Intervensi (KI), terdapat beberapa tahapan yang dapat dilakukan untuk pelatihan self management yaitu:

1) *Assesment*

Mempersilahkan mahasiswa menceritakan permasalahannya; Mengidentifikasi perilaku

yang bermasalah; Mengklarifikasi perilaku yang bermasalah; Mengidentifikasi peristiwa yang mengawali dan menyertai perilaku bermasalah; Mengidentifikasi intensitas perilaku bermasalah; Menemukan inti masalah; Mengidentifikasi hal-hal yang menarik dalam kehidupan mahasiswa; Memberikan motivasi pada mahasiswa

2) *Goal setting*

Menentukan tujuan intervensi; Mempertegas tujuan yang ingin dicapai; Memberikan kepercayaan dan meyakinkan mahasiswa bahwa trainer dan peneliti ingin membantu mahasiswa mencapai tujuan intervensi; Membantu mahasiswa memperhatikan hambatan yang dihadapi untuk mencapai tujuan yang ingin dicapai

3) *Technique implementation*

Menentukan teknik intervensi; Menyusun prosedur strategi sesuai dengan teknik yang diterapkan. Terdapat tiga strategi self-management, yaitu: *self-monitoring*, *stimulus-control*, dan *self-reward*; Melaksanakan prosedur teknik yang diterapkan.

4) *Evaluation-termination*

Menanyakan dan mengevaluasi apa yang dilakukan mahasiswa setelah diberikan treatment; Membantu mahasiswa mentransfer apa yang dipelajari dalam pelatihan ke tingkah laku mahasiswa; Mengeksplorasi kemungkinan kebutuhan pelatihan tambahan; Menyimpulkan apa yang telah dilakukan dan dikatakan mahasiswa; Mengakhiri proses pelatihan.

HASIL

Sebaran karakteristik responden menyatakan bahwa IPK sebagian besar

sangat memuaskan serta sebagian besar memiliki motivasi tinggi dengan sebaran jenis kelamin paling banyak adalah perempuan (Tabel 1).

Pada variabel nilai mean difference professional behaviours -10,78 dimana bernilai negatif yang artinya terjadi kecenderungan peningkatan nilai professional behaviours sesudah perlakuan dengan rata-rata peningkatannya adalah 10,78. Berdasarkan nilai $p = 0,028$ maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan pada nilai pre dan post professional behaviours kelompok intervensi (dimana $p < 0,05$) (Tabel 2).

Rata-rata nilai mean difference professional behaviours 0,25 dimana bernilai positif yang artinya terjadi kecenderungan penurunan nilai professional behaviours sesudah perlakuan dengan rata-rata penurunannya adalah 0,25. Berdasarkan nilai $p = 0,920$ maka dapat disimpulkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada nilai pre dan post professional behaviours kelompok kontrol (dimana $p > 0,05$) (Tabel 2)

Analisis statistik memperoleh hasil nilai signficancy $p=0,643$ ($p < 0,005$) sehingga disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada nilai rata-rata professional behaviours kelompok intervensi dan kelompok kontrol (Tabel 3).

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang berpartisipasi adalah perempuan. Mahasiswa perempuan maupun laki-laki dapat memberikan penilaian yang lebih-

Tabel 1. Distribusi frekuensi Jenis Kelamin, Indeks Prestasi Kumulatif (IPK), dan Motivasi Mahasiswa

Variabel	Kelompok			
	Intervensi		Kontrol	
	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin				
Laki-laki	7	19,4%	11	30,6%
Perempuan	29	80,6%	25	69,4%
Indeks Prestasi Kumulatif (IPK)				8,3%
Memuaskan	2	5,6%	3	
Sangat Memuaskan	34	94,4) %	29	80,6%
Cumlaude	0		4	11,1%
Motivasi				
Rendah	15	41,7%	5	13,9%
Tinggi	21	58,3%	31	86,1%

Tabel 2. Perbedaan Nilai Professional Behaviours Sebelum dan Sesudah Pelatihan Self Management pada Kelompok Intervensi dan Kontrol

Kelompok/Variabel	Professional Behaviours		Mean Dif	t	p-value
	Sebelum Mean ± SD	Sesudah Mean ± SD			
Intervensi	101,14 ± 25,73	111,92 ± 8,29	-10,78	-2,289	0,028
Kontrol	109,92 ± 9,81	109,67 ± 7,34	0,25	0,101	0,920

Tabel 3. Perbedaan Nilai Professional Behaviours pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Setelah Pelatihan Self Management

Kelompok/Variabel	Professional Behaviours	Mean Dif	t	p-value
	Mean ± SD			
Intervensi	111,92 ± 8,296	2,250	1,219	0,643
Kontrol	109,67 ± 7,341			

tinggi setelah dilakukan pelatihan self management dan didukung dengan questioner menggunakan metode self assesment dimana mahasiswa menilai dirinya sendiri. Berdasarkan tabel 1 diketahui IPK terakhir mahasiswa yang mendapat predikat sangat memuaskan memiliki jumlah mahasiswa terbanyak pada kelompok intervensi.

Arifudin, (2009) mengatakan bahwa prestasi belajar merupakan hasil perubahan tingkah laku yang meliputi tiga ranah yaitu: kognitif, afektif dan psikomotor. Dimana kognitif mempunyai beberapa cakupan yang terdiri atas: pengetahuan, pemahaman,

aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi. Prestasi belajar dapat dioperasionalkan dalam bentuk indikator-indikator berupa nilai raport, indeks prestasi studi, angka kelulusan dan predikat keberhasilan. Melihat dari pengertian prestasi atau hasil belajar diatas, dapat disimpulkan bahwa prestasi belajar adalah perubahan tingkah laku yang berwujud perubahan ilmu pengetahuan, keterampilan motorik, sikap dan nilai yang dapat diukur secara aktual sebagai hasil dari proses belajar

Berdasarkan tabel 1 diketahui sebagian besar mahasiswa memiliki motivasi tinggi. Keberhasilan perubahan

perilaku dipengaruhi oleh faktor mahasiswa, seperti motivasi, kesiapan dalam kegiatan pembelajaran, kemampuan kognitif (Kusumawati, 2011).

Berdasarkan tabel 2 diketahui uji beda antara nilai pre dan post intervensi pada kelompok intervensi terjadi kecenderungan peningkatan nilai professional behaviours sesudah perlakuan dengan rata-rata peningkatannya adalah 10,78 dan terdapat perbedaan yang signifikan pada nilai professional behaviours kelompok intervensi dengan nilai t negatif (-) menunjukkan nilai professional behaviour sebelum pelatihan self management lebih rendah dari nilai professional behaviour setelah pelatihan self management, sehingga dapat disimpulkan pelatihan self management efektif untuk meningkatkan nilai professional behaviour. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya, penelitian Thompson (2013) yang menyatakan pada saat mahasiswa diberikan pelatihan self-management, mereka dapat membuktikan adanya peningkatan akademik dan hasil perilaku kinerja.

Hasil penelitian juga didukung dengan adanya pelaksanaan program kampus AKPER YKY dimana semua mahasiswa sudah diberikan program pelatihan softskill pada awal kuliah serta adanya program bimbingan dengan pembimbing akademik maupun wali kelas masing-masing guna tercapainya visi program studi yaitu menjadi program studi keperawatan yang menghasilkan lulusan perawat vokasional yang mampu bersaing di era global tahun 2019.

Berdasarkan tabel 2 diketahui hasil

uji beda antara nilai pre dan post intervensi pada kelompok kontrol didapatkan terjadi kecenderungan penurunan nilai professional behaviours sesudah perlakuan dengan rata-rata penurunannya adalah 0,25 dan tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada nilai pre dan post professional behaviours kelompok kontrol dengan nilai t positif, menunjukkan bahwa nilai professional behaviour sebelum pelatihan self management lebih tinggi dari nilai professional behaviour setelah pelatihan self management.

Dalam teori belajar kognitif, salah satunya adalah teori konstruktivistik yang menyatakan bahwa mahasiswa mampu mencari sendiri masalah, menyusun sendiri pengetahuannya melalui kemampuan berpikir dan tantangan yang dihadapinya, menyelesaikan dan membuat konsep mengenai keseluruhan pengalaman realistik dan teori dalam satu bangunan utuh.

Dalam hal ini mahasiswa kelompok kontrol hanya mendapat program pelatihan softskill dari AKPER Yayasan Keperawatan Yogyakarta yang dilaksanakan di awal dan akhir tahap pendidikan serta didukung dengan adanya mata kuliah Keperawatan Profesional sebesar 2 SKS dalam kurikulum pendidikan untuk mempersiapkan ketrampilan softskill mahasiswa sebelum menjalankan praktik keperawatan yang realita di rumah sakit.

Berdasarkan tabel 3 diketahui hasil uji beda nilai professional behaviours setelah dilakukan pelatihan self management pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dapat disimpulkan tidak

terdapat perbedaan yang signifikan pada nilai rata-rata professional behaviours kelompok intervensi dan kelompok kontrol tetapi nilai t bersifat positif (+) menunjukkan bahwa nilai rata-rata professional behaviour kelompok intervensi lebih tinggi dari nilai rata-rata professional behaviour kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil dari karakteristik responden tentang motivasi mahasiswa, kelompok intervensi mempunyai hasil pengukuran lebih rendah dari kelompok kontrol sehingga kemungkinan berdampak pada hasil analisis perbedaan signifikan antara nilai rata-rata professional behaviour kelompok intervensi dengan kelompok kontrol. Kesimpulan tersebut didukung oleh penelitian sebelumnya, Kusumawati (2011) yang menyatakan bahwa motivasi, kesiapan dalam kegiatan pembelajaran, kemampuan kognitif merupakan faktor mahasiswa yang dapat mempengaruhi keberhasilan perubahan perilaku

Penelitian Asmara (2015) berpendapat bahwa tenaga kesehatan harus memiliki tiga aspek profesionalisme, yaitu: kognitif, psikomotor, dan soft skill/ professional behavior. Dalam penelitian ini, didapatkan hasil skor pre-test dan post-test pelatihan self-management yang meningkat pada point item kuesioner professional behavior kelompok intervensi yaitu pertama, pada item 4 kuesioner professional behaviour (kemampuan untuk bisa mengatasi stress pada saat proses penyesuaian diri dalam perilaku yang profesional) dengan skor pre-test 142 dan skor post-test 157 sehingga dapat

disimpulkan bahwa terjadi peningkatan setelah diberi perlakuan pada kelompok intervensi. Didukung oleh penelitian sebelumnya, penelitian Indrayana (2015) yang menyimpulkan bahwa terdapat peningkatan/ perbedaan skor yang signifikan pada skor penyesuaian diri pada siswa setelah mendapat penerapan strategi self-management.

Kedua, pada item no. 22 (datang dan pulang dinas tidak terlambat, mematuhi jadwal dan mengumpulkan laporan sesuai waktu yang ditentukan) didapatkan hasil bahwa mahasiswa memiliki skor pre-test 166 dan skor post-test 180 sehingga dapat disimpulkan terjadi peningkatan setelah diberi perlakuan pada kelompok intervensi. Dari hasil peningkatan tersebut senada dengan penelitian sebelumnya, penelitian Raharjo (2014) menyimpulkan bahwa treatment *self-management skill* tersebut efektif untuk menurunkan frekuensi prokrastinasi akademik pada ketiga respondennya.

AKPER YKY sudah melaksanakan konseling individu dimana konseling individu mempunyai keuntungan yaitu mahasiswa dan konselor (wali kelas) dapat bertatap muka dalam proses konseling sehingga mudah untuk membina kepercayaan dan perhatian berpusat pada individu tetapi belum menggunakan teknik self-management. Hal ini terbukti dengan adanya nilai rata-rata professional behaviour kelompok intervensi lebih tinggi dari nilai rata-rata professional behaviour kelompok kontrol setelah mendapat pelatihan self-management karena trainer memodifikasi dengan metode konseling

berkelompok dimana antar mahasiswa bisa sharing dengan mahasiswa lainnya dalam satu kelompok dimana masing-masing tahapan pelatihan terdapat lembar kerja untuk role play self-monitoring, stimulus control, dan self-reward.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil uji beda antara nilai pre dan post intervensi pada kelompok kontrol didapatkan terjadi kecenderungan penurunan nilai professional behaviours dengan rata-rata penurunannya adalah 0,25 dan tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada nilai pre dan post professional behaviours kelompok kontrol setelah pelatihan self management.

Diharapkan dapat meningkatkan professional behaviours mahasiswa keperawatan dengan menerapkan strategi self-management pada program pengembangan soft skill. Juga diharapkan untuk peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini guna memberikan masukan pada institusi pendidikan keperawatan dalam program pengembangan soft skill mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Asmara, F.Y. 2013. The Implementation of Multi Source Feedback (MSF) to assess Professional Behaviour (PB) of nursing students in clinical setting. [Unpublished master thesis]. Maastricht: Maastricht University, The Netherland.
- Cecilia, E.W. 2013. Nursing Faculty and Academic Integrity. A Dissertation Presented in Partial Fulfillment Of the Requirements for the Degree Doctor of Philosophy Capella University
- Deborah, J. 2013. Factors Influencing Role Behaviors by Professional

- Exemplars In Hospitals. A Dissertation: Capella University
- Raharjo, D.T.P. 2014. Efektivitas Treatment Self-Management Skill Untuk Mengatasi prokrastinasi Pada Mahasiswa. Tesis: Universitas Padjajaran Bandung
- Indrayana, R. 2015. Penerapan strategi self-management untuk meningkatkan penyesuaian diri. Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
- Kusumawati, W. 2011. Profesionalisme dan Professional Behavior mahasiswa program studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Jurnal Mutiara Medika Vol. 11 No.1:37-45. Diakses tanggal 23 Desember 2016
- Musharyanti, and Gandes R.R. 2010. Persepsi dan perilaku mahasiswa keperawatan tentang integritas akademik di program studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada. Thesis: Universitas Gadjah Mada. Yogyakarta
- Nursalim, M. 2013. Strategi & Intervensi Konseling. Jakarta: Indeks
- Thompson, Aaron. M. 2013. Protocol for a systematic review: self management interventions for reducing challenging behaviors among schooll-age student: a systematic review. The Campbell Collaboration. www.campbellcollaboration.org. Diakses tanggal 27 September 2016