

## Lampiran I. Hasil Perhitungan Validitas dan Reliabilitas Kuesioner *Self-efficacy*

### Validitas

No. item	Koefisien korelasi	Keterangan	No. item	Koefisien korelasi	keterangan
1.	0.30	Diterima	26.	0.46	Diterima
2.	0.34	Diterima	27.	0.35	Diterima
3.	0.47	Diterima	28.	0.44	Diterima
4.	0.39	Diterima	29.	0.32	Diterima
5.	0.30	Diterima	30.	0.46	Diterima
6.	0.30	Diterima	31.	0.43	Diterima
7.	0.64	Diterima	32.	0.66	Diterima
8.	0.34	Diterima	33.	0.30	Diterima
9.	0.70	Diterima	34.	0.42	Diterima
10.	0.36	Diterima	35.	0.34	Diterima
11.	0.30	Diterima	36.	0.44	Diterima
12.	0.45	Diterima	37.	0.50	Diterima
13.	0.59	Diterima	38.	0.16	Dibuang
14.	0.53	Diterima	39.	0.54	Diterima
15.	0.42	Diterima	40.	0.64	Diterima
16.	0.46	Diterima	41.	0.16	Dibuang
17.	0,31	Diterima	42.	0.40	Diterima
18.	0.44	Diterima	43.	0.62	Diterima
19.	0.32	Diterima	44.	0.57	Diterima
20.	0.53	Diterima	45.	0.72	Diterima
21.	0.50	Diterima	46.	0.73	Diterima
22.	0.60	Diterima	47.	0.05	Dibuang
23.	0.41	Diterima	48.	0.58	Diterima
24.	0.61	Diterima	49.	0.53	Diterima
25.	0.34	Diterima			

Item diterima : 46 item

Item dibuang : 3 item

### Reliabilitas

0.90 , yang berarti reliabilitasnya tergolong tinggi sekali

## Lampiran II. Alat Ukur *Self-efficacy*

### KATA PENGANTAR

Saya adalah mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha. Sekarang saya sedang menyusun sebuah Skripsi dengan judul *Studi Deskriptif Mengenai Self Efficacy pada Odapus yang Berusia 20-40 tahun dalam Menghadapi Kondisi kesehatannya di RS "X" Bandung*. Adapun tujuan dari penelitian saya ini adalah untuk memperoleh pemahaman yang lebih dalam mengenai *self efficacy* pada Odapus. Untuk keperluan tersebut, saya bermaksud meminta sedikit waktu dan kesediaan Saudara untuk membantu saya mengisi kuesioner ini.

Setiap jawaban maupun keterangan Saudara dalam kuesioner ini akan saya jamin kerahasiaannya dan tidak akan dipublikasikan. Semua data yang saya ambil hanya untuk keperluan penelitian.

Atas kesediaan dan kerjasama Saudara dalam mengisi kuesioner ini, saya ucapkan terimakasih.

Bandung, Maret 2010

Peneliti

**Lampiran III. Skor Kuesioner *Self-efficacy***

Rs	Item																											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
1	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	2	3	4	4	4	3	3	4	3	4	1	4
2	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	4	4	3	3
3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	2	4
4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	2	3	3	4	2	3	1	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4
5	3	4	4	3	4	4	3	4	2	2	2	4	3	4	4	3	2	3	4	4	4	3	2	3	3	4	1	4
6	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	2	3
7	4	4	4	3	2	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4
8	3	4	4	3	2	4	3	4	1	2	2	4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	2	2	4	4	3	1	3
9	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3
10	3	4	3	2	4	3	4	3	3	2	2	2	3	3	4	3	2	2	4	4	3	4	2	3	3	4	3	3
11	3	4	3	4	4	3	4	4	2	3	2	2	4	4	2	4	2	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3
12	4	3	3	3	2	3	4	3	2	3	2	3	3	4	4	3	2	3	4	4	4	4	2	3	3	4	2	4
13	4	4	4	4	3	3	4	4	1	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3
14	4	4	4	3	3	3	3	4	2	3	3	1	3	3	3	2	2	3	4	2	3	1	2	2	1	3	1	1
15	4	4	4	4	2	3	4	4	3	4	2	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4
16	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	2	3
17	3	4	4	3	2	1	4	4	4	3	2	4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	3	3	4	4	4	1	4
18	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	1	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3
19	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	1	4
20	4	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	2	3	4
21	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	1	4
22	3	4	4	2	3	2	4	4	3	3	2	2	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	1	4
23	1	3	3	2	3	3	3	3	3	2	4	2	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3
24	3	4	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3
25	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	2	3
26	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	1	3	4	4	1	3
27	3	1	3	3	3	4	3	4	1	4	1	3	3	3	4	3	1	4	4	4	4	3	1	4	3	3	2	4
28	4	4	4	3	1	4	3	4	3	3	1	3	3	4	3	3	1	3	4	3	3	4	1	3	4	4	1	4
29	3	4	4	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	4	4	4	3	2	3	3	4	2	4
30	3	4	4	3	3	3	2	3	4	3	2	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	1	1
31	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	2	3

32	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	2	2	
33	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	2	3

Rs	Item																		Jml	Derajat
	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46		
1	2	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	158	Kuat
2	3		3	3	4	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	136	Lemah
3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	168	Kuat
4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	144	Lemah
5	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	2	149	Kuat
6	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	157	Kuat
7	2	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	162	Kuat
8	2	4	3	3	4	3	2	3	3	4	2	4	4	4	3	3	4	3	145	Lemah
9	1	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	136	Lemah
10	3	4	4	4	4	2	2	3	2	3	3	2	4	4	4	4	3	3	143	Lemah
11	3	2	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	148	Kuat
12	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	152	Kuat
13	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	143	Lemah
14	2	4	1	3	3	3	1	1	1	3	1	3	3	4	3	1	3	3	116	Lemah
15	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	167	Kuat
16	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	152	Kuat
17	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	162	Kuat
18	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	132	Lemah
19	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	175	Kuat
20	4	4	4	4	4	2	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	157	Kuat
21	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	170	Kuat
22	4	3	4	4	4	4	2	3	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	157	Kuat
23	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	127	Lemah
24	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	133	Lemah
25	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	142	Lemah
26	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	143	Lemah
27	1	4	3	3	4	4	1	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	140	Lemah
28	1	3	4	4	4	3	1	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	141	Lemah
29	2	3	3	4	4	4	2	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	149	Kuat



## DATA PRIBADI

Isilah daftar pertanyaan di bawah ini sesuai dengan keadaan diri Saudara!

### IDENTITAS

Nama (inisial) :

Usia :

Kegiatan yang dilakukan :

Lamanya sakit :

Pendidikan terakhir :

Pekerjaan terakhir :

## KUESIONER *SELF-EFFICACY*

### Instruksi:

Berilah tanda *check list* (√) pada kolom pilihan jawaban yang telah tersedia sesuai dengan keadaan diri Saudara yang sebenarnya, dengan ketentuan sebagai berikut:

- Pilihan “Sangat Sesuai” (SS) jika pernyataan menggambarkan diri Saudara.
- Pilihan “Sesuai” (S) jika pernyataan menggambarkan sebagian besar diri Saudara.
- Pilihan “Kurang Sesuai” (KS) jika pernyataan menggambarkan sebagian kecil diri Saudara.
- Pilihan “Tidak Sesuai” (TS) jika pernyataan sama sekali tidak menggambarkan diri Saudara.

NO	PERNYATAAN	SS	S	KS	TS
1	Saya yakin mampu memutuskan untuk mendengarkan dan menyimak penjelasan para dokter saat seminar di Rumah Sakit				
2	Saya yakin berani memilih untuk pergi kontrol rutin ke dokter di Rumah Sakit daripada pergi ke pengobatan alternatif				
3	Saya yakin dapat meminum obat secara rutin dan teratur sesuai resep dokter daripada meminum obat-obatan alternatif				
4	Saya yakin dapat memilih untuk istirahat yang cukup daripada melakukan banyak kegiatan yang saya sukai				
5	Saya yakin mampu memutuskan untuk memilih olahraga yang sesuai dengan diri dan keadaan saya				
6	Ketika diajak untuk makan makanan <i>fast food</i> , saya yakin mampu memilih untuk memakan makanan yang lebih <i>fresh</i> dan sehat sesuai				

	anjuan dokter				
7	Jika saya tidak mengerti mengenai proses penyembuhan penyakit Lupus, saya yakin berani bertanya pada dokter ahli atau ahli medis yang mengerti tentang penyakit Lupus				
8	Saya yakin mampu mengatur jadwal sehingga dapat pergi kontrol rutin ke dokter di Rumah Sakit				
9	Saya yakin dapat meminum obat yang menjadi prioritas terlebih dahulu sesuai aturan dokter dengan menyalakan alarm untuk pengingat				
10	Saya yakin dapat berusaha menyediakan waktu khusus sehingga dapat istirahat yang cukup walaupun ada pekerjaan rumah yang harus diselesaikan				
11	Saya yakin dapat menyediakan waktu khusus sehingga dapat berolahraga secara teratur meskipun merasa lelah				
12	Saya yakin mampu berusaha selektif dalam memilih makanan yang akan saya konsumsi dengan mencari makanan mana yang sesuai atau tidak dengan anjuran dokter				
13	Meskipun saya merasa kesulitan dalam mencari informasi tentang Lupus, saya yakin saya tetap mampu mendapatkan informasi yang saya perlukan dari buku, koran, majalah seminar-seminar atau langsung bertanya pada ahlinya				
14	Meskipun merasa malas, saya yakin saya mampu untuk tetap pergi kontrol rutin ke Rumah Sakit				
15	Walaupun sibuk, saya yakin saya mampu untuk meminum obat sesuai aturan dokter tepat pada waktunya				

16	Walaupun sering merasa stress, saya yakin saya mampu berusaha untuk tetap beristirahat secukupnya bila sudah waktunya				
17	Meskipun saya tidak menyukai olahraga, saya yakin saya mampu berusaha untuk tetap berolahraga secara teratur				
18	Walaupun sulit dalam mendapatkan makanan yang sehat bagi saya, saya yakin saya mampu berusaha untuk tetap memakan makanan yang sehat bagi saya sesuai anjuran dokter				
19	Saya akan merasa senang apabila penyakit Lupus saya mulai memasuki masa remisi atau tidak aktif lagi				
20	Saya merasa puas setelah pergi kontrol rutin ke dokter dengan hasil pemeriksaan yang lebih baik dari sebelumnya				
21	Saya merasa tenang jika saya sudah meminum obat sesuai aturan dokter				
22	Saya merasa senang setelah dapat beristirahat secukupnya				
23	Meskipun saya tidak suka olahraga tetapi saya tetap berusaha untuk berolahraga secara teratur				
24	Saya merasa tenang bila sudah mengkonsumsi makanan yang sehat bagi tubuh saya sesuai nasehat dokter				
25	Saya yakin saya mampu memutuskan untuk mencari informasi tentang Lupus dari media-media yang telah direkomendasikan oleh dokter pemerhati Lupus daripada mencari informasi tentang pengobatan-pengobatan alternatif				
26	Saya yakin saya mampu memilih untuk pergi kontrol rutin ke dokter di Rumah Sakit daripada pergi kontrol hanya pada saat Lupus sedang aktif				

27	Saya yakin mampu memutuskan untuk meminum obat alternatif bila penyakit Lupus saya telah memasuki masa remisi				
28	Saya yakin mampu memutuskan untuk beristirahat bila lupus sedang dalam masa aktif				
29	Ketika sudah waktunya berolahraga, saya yakin mampu memutuskan untuk berolahraga agar dapat optimal dalam mencapai masa remisi				
30	Saya yakin berani memilih untuk memakan makanan empat sehat lima sempurna daripada memakan makanan yang mengandung banyak bahan pengawet				
31	Saya yakin dapat berusaha untuk mencari informasi tentang penyakit Lupus lewat seminar-seminar, buku, koran, majalah atau bertanya langsung ke dokter ahli				
32	Jika saya tidak mengerti mengenai penyakit Lupus, saya akan berusaha bertanya pada dokter sewaktu kontrol rutin ke dokter				
33	Ketika obat yang harus diminum sangat banyak dan beragam, saya yakin saya mampu meminum semua obat sesuai aturan dari dokter dengan memisahkan obat-obat tersebut menurut aturan waktunya				
34	Saya yakin mampu berusaha untuk tidur yang cukup bila sudah saatnya dengan mengatur waktu supaya waktunya istirahat tidak terlewatkan				
35	Saya yakin saya mampu berusaha untuk berolahraga yang sesuai dengan keadaan saya secara teratur baik dirumah maupun di pusat kebugaran				
36	Saya yakin saya mampu berusaha untuk memakan makanan yang akan saya konsumsi dengan memotivasi diri untuk memakan				

	makanan yang sesuai anjuran dokter bila sedang tidak nafsu makan				
37	Saya yakin saya dapat bertahan untuk tetap mendengar penjelasan dokter tentang penyakit Lupus, walaupun merasa bosan				
38	Saya yakin saya mampu untuk pergi kontrol rutin ke Rumah Sakit ketika merasa lesu dan tidak bersemangat				
39	Saya yakin saya mampu untuk dapat meminum obat sesuai aturan dokter meskipun obat yang harus diminum banyak jumlahnya				
40	Meskipun penyakit Lupus sedang aktif, saya yakin saya mampu meluangkan waktu untuk dapat beristirahat secukupnya sehingga dapat mencapai masa remisi				
41	Walaupun merasa linu dan sakit di sekujur tubuh, saya yakin saya mampu untuk berolahraga secara teratur				
42	Meskipun merasa tergiur bila melihat berbagai macam makanan, saya yakin saya berani untuk lebih berhati-hati dalam memilih makanan yang akan saya konsumsi sesuai anjuran dokter				
43	Saya akan merasa senang bila mampu memahami penjelasan yang dokter berikan kepada saya				
44	Saya merasa senang jika mampu memahami seluruh penjelasan dari dokter saat pergi kontrol rutin ke dokter di Rumah Sakit				
45	Walaupun saya tidak suka jika harus meminum obat tepat waktu tetapi saya tetap berusaha untuk meminum obat tepat waktu sesuai aturan dokter				
46	Saya merasa tenang jika telah mampu istirahat yang cukup sesuai anjuran dokter				
47	Saya merasa puas jika saya telah menjalani kegiatan olahraga secara				

	teratur				
48	Saya merasa senang jika mampu mendapatkan makanan yang akan saya konsumsi sesuai anjuran dokter				
49	Ketika harus bekerja, saya yakin dapat menyediakan waktu untuk mencari informasi tentang Lupus di buku, koran, majalah, televisi, maupun internet				

## DATA PENUNJANG

Petunjuk Pengisian :

Dibawah ini terdapat sejumlah pernyataan dengan skala masing-masing memiliki 2 (dua) kutub kata sifat yang saling bertentangan. Setiap skala terdiri atas 4 (empat) kotak pilihan jawaban yang derajatnya berbeda-beda. Jawablah dengan memilih salah satu dari 4 kotak kemungkinan yang paling sesuai dengan diri Saudara, kemudian berilah tanda *check list* (√) pada kotak yang sesuai.

1. Lamanya waktu dalam menjalani masa remisi yang pernah dialami  
Singkat     Lama
2. Pelaksanaan kegiatan kontrol rutin ke Rumah Sakit  
Sulit     Mudah
3. Pelaksanaan dalam meminum obat-obatan yang dianjurkan dokter  
Sulit     Mudah
4. Jumlah bantuan yang didapatkan untuk mencapai masa remisi  
Banyak     Sedikit
5. Pengaruh keberhasilan orang lain dalam mencapai masa remisi terhadap saya  
Meningkatkan keyakinan diri     Menurunkan keyakinan diri
6. Pengaruh kegagalan orang lain dalam mencapai masa remisi terhadap saya  
Meningkatkan keyakinan diri     Menurunkan keyakinan diri
7. Selama saya menjadi Odapus tanggapan orang lain terhadap kondisi kesehatan saya  
Kritikan     Dukungan

8. Kritikan atas kegagalan saya dalam mencapai masa remisi

Sering

--	--	--	--

Jarang

9. Dukungan atas keberhasilan saya dalam mencapai masa remisi

Sering

--	--	--	--

Jarang

10. Kondisi emosi selama menjadi Odapus

Gelisah

--	--	--	--

Rileks

11. Kondisi fisik selama menjadi Odapus

Stabil

--	--	--	--

Labil

12. Pengaruh suasana hati dalam mencapai masa remisi

Banyak

--	--	--	--

Sedikit

#### Lampiran IV. Tabulasi Silang Antara Derajat *Self-efficacy* dengan Indikator

Tabel 4.4 Tabel Tabulasi Silang Antara Derajat *Self-efficacy* dengan Indikator Pilihan

Derajat <i>Self-efficacy</i> Pilihan yang dibuat	Kuat		Lemah	
	Jumlah (orang)	Persentase (%)	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Yakin	14	77.8	4	22.2
Tidak Yakin	3	20	12	80
Total	17	51.5	16	48.5

Tabel 4.5 Tabel Tabulasi Silang Antara Derajat *Self-efficacy* dengan Indikator Usaha

Derajat <i>Self-efficacy</i> Usaha yang dikeluarkan	Kuat		Lemah	
	Jumlah (orang)	Persentase (%)	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Yakin	15	75	5	25
Tidak Yakin	2	15.4	11	84.6
Total	17	51.5	16	48.5

Tabel 4.6 Tabel Tabulasi Silang Antara Derajat *Self-efficacy* dengan Daya Tahan

Derajat <i>Self-efficacy</i> Daya Tahan	Kuat		Lemah	
	Jumlah (orang)	Persentase (%)	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Yakin	14	82.4	3	17.6
Tidak Yakin	3	18.8	13	81.3
Total	17	51.5	16	48.5

Tabel 4.7 Tabel Tabulasi Silang Antara Derajat *Self-efficacy* dengan Penghayatan

Perasaan

Derajat <i>Self-efficacy</i> Penghayatan Perasaan	Kuat		Lemah	
	Jumlah (orang)	Persentase (%)	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Yakin	13	76.5	4	23.5
Tidak Yakin	4	25	12	75
Total	17	51.5	16	48.5