



HUBUNGAN *SELF-CARE MANAGEMENT* DENGAN KUALITAS HIDUP PASIEN *CHRONIC KIDNEY DISEASE* YANG MENJALANI HEMODIALISIS

Luthfi Alzikri¹, Rahmawati^{2*}, Alfitri³

^{1,2}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia

³RSUP. Dr. M. Djamil Padang

rahmawatikausar45@gmail.com

Abstrak

Global Kidney Health Atlas tahun 2023 menyatakan bahwa kira-kira 850 juta orang menderita penyakit Ginjal di seluruh dunia, dengan beban tinggi pada gagal ginjal kronis atau *Chronic Kidney Disease (CKD)*. Hemodialisis yang dilakukan dalam jangka waktu lama pada pasien CKD akan mempengaruhi kualitas hidup pasien. Upaya untuk meningkatkan kualitas hidup adalah melakukan *self-care*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *self-care management* dengan kualitas hidup pasien CKD yang menjalani hemodialisis. Jenis penelitian ini *kuantitatif analitik* dengan *desain cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 97 orang dengan sampel sebanyak 70 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner *Hemodialysis Patients Self-care Measurement Scale* dan KDQOL SF 36. Hasil uji korelasi *pearson* mendapatkan p-value 0,000, berarti ada hubungan bermakna antara *self-care management* dengan kualitas hidup pasien. Nilai $r = 0,502$ menunjukkan hubungan yang kuat, dimana semakin tinggi *self-care* maka semakin tinggi kualitas hidup. Penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan bermakna antara *self-care management* dengan kualitas hidup pasien CKD yang menjalani hemodialisis di RSUP Dr. M. Djamil Padang. Hubungan antar keduanya menunjukkan hubungan yang kuat dan positif dimana semakin tinggi *self-care management* maka semakin tinggi kualitas hidup. Disarankan agar melakukan program peningkatan *self-care management* pada pasien CKD yang menjalani hemodialisis.

Kata Kunci: *Chronic Kidney Disease*; hemodialisis; kualitas hidup; *self-care management*.

Abstract

The Global Kidney Health Atlas in 2023 states that approximately 850 million people are affected by kidneys disease, specifically Chronic Kidney Disease (CKD) worldwide. Long-term hemodialysis will impact patients's quality of life, and self-care is one of interventions to improve it. This study was aimed to determine the relationship between self-care management and the quality of life of CKD patients undergoing hemodialysis. This was a quantitative analytical study using cross-sectional design. The population was 97 patients, with a sample size of 70. Data collected using the Hemodialysis Patients Self-care Measurement Scale and KDQOL SF 36 questionnaire. The Pearson correlation test revealed a p-value of 0.000, indicating a significant relationship between self-care management and the quality of life of CKD patients undergoing hemodialysis. The r value is 0.502, indicating a strong relationship, where the higher the self-care score, the higher the quality of life score. It is concluded that there is a significant relationship between self-care management and the quality of life of CKD patients undergoing hemodialysis, with a strong relationship, where the higher the self-care management, the higher the quality of life. It is recommended to implement a program to improve self-care management for CKD patients undergoing hemodialysis.

Keywords: *Chronic Kidney Disease*; hemodialysis; self-care management; quality of life

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2026

* Corresponding author :

Address : Jln. Khatib Sulaiman, No. 17. Kota Padang

Email : rahmawatikausar45@gmail.com

Phone : 081363375450

PENDAHULUAN

Gagal ginjal kronis atau *Chronic Kidneys Disease* (CKD) adalah suatu kondisi medis yang ditandai dengan perubahan fungsi atau struktur ginjal yang memburuk secara permanen, lambat, dan progresif (Narayanan & Setia, 2019). *Global Kidney Health Atlas* (GKHA) tahun 2023 menyatakan bahwa sekitar 850 juta orang terkena Gagal Ginjal Kronis atau *Chronic Kidney Disease* (CKD) di seluruh dunia. Prevalensi CKD tertinggi di Eropa Timur dan Tengah 12%, dengan kematian akibat penyakit ginjal kronis adalah 2-4% (*Kidney Research UK*, 2023). Di Asia yang menderita gagal ginjal kronis adalah 434,3 juta orang, dengan prevalensi tertinggi penderita CKD Sekitar 159,8 juta di Tiongkok dan 140,2 juta di India (Gehman, 2023).

CKD merupakan penyakit permanen dan tidak dapat disembuhkan, sehingga pasien CKD memerlukan pengobatan, dialisis dan transplantasi ginjal untuk memperpanjang hidup dan meningkatkan kualitas hidup (Stevens et al., 2024). Bello et al., (2022) dalam penelitiannya yang berjudul *Epidemiology of Haemodialysis Outcomes* menyatakan 69 % pasien gagal ginjal kronis menjalani hemodialisis, 89% persen menjalani dialisis peritoneal, dan 70 % menjalani transplantasi ginjal. Hemodialisis merupakan salah satu jenis terapi pengganti ginjal (TGP) yang bertujuan untuk menghilangkan sisa metabolit (protein) dan memulihkan cairan dan elektrolit antara darah dan ruang dialisis melalui membran semi permeabel yang menyebabkan gagal ginjal. Pada saat yang sama, fungsi endokrin seperti kontrol tekanan darah, produksi sel darah merah, aktivitas hormonal, dan integritas tulang tidak dapat diubah dengan metode pengobatan ini (Kholizah et al., 2022).

Prevalensi pasien yang menerima hemodialisis tertinggi adalah 33% di Amerika Serikat, 23% di Jepang, 19% di Australia, Selandia Baru, dan 18% di Kanada. (Bello et al., 2022). Hemodialisis merupakan salah satu jenis terapi pengganti ginjal (TGP) yang bertujuan untuk menghilangkan sisa metabolit (protein) dan memulihkan cairan dan elektrolit antara darah dan ruang dialisis melalui membran semi permeabel yang menyebabkan gagal ginjal. Namun, fungsi endokrin seperti kontrol tekanan darah, produksi sel darah merah, aktivitas hormonal, dan integritas tulang tidak dapat diubah dengan metode pengobatan ini (Kholizah et al., 2022).

Indonesia Renal Registry (IRR) tahun 2020 mengemukakan jumlah pasien hemodialisis di Indonesia terus meningkat, yaitu sebanyak 320.000 pada tahun 2019 dan 355.161 pada tahun 2020 (Perhimpunan Nefrologi Indonesia, 2020). Provinsi DKI Jakarta memiliki prevalensi hemodialisis tertinggi yaitu sebesar 38,71%, disusul Provinsi Bali sebesar 37,04% dan Yogyakarta sebesar 35,51% (Kemenkes RI, 2021).

Di Sumatera Barat, 15% pasien menerima hemodialisis pada tahun 2018 (Riskesdas Sumatra Barat, 2018).

Pasien CKD yang menjalani hemodialisis dapat mengalami berbagai efek samping, antara lain penurunan tekanan darah, mual, muntah, nyeri otot, dan kelelahan. Hemodialisis dalam jangka waktu lama dapat mempengaruhi kesehatan fisik, mental, sosial, dan kesehatan spiritual pasien dan hal ini akan mempengaruhi kualitas hidup pasien (Sumida, 2016, Diah Anggita & Oktia, 2023). Gangguan pada fungsi tubuh pasien CKD yang menjalani hemodialisis, menyebabkan pasien harus melakukan penyesuaian diri secara terus menerus selama sisa hidupnya. Bagi pasien hemodialisis, penyesuaian ini mencakup keterbatasan dalam memanfaatkan kemampuan fisik dan motorik, penyesuaian terhadap perubahan fisik serta pola hidup seperti diet yang teratur, ketergantungan secara fisik dan ekonomi pada orang lain serta ketergantungan pada mesin dialisis selama sisa hidup, hal ini yang menyebabkan kualitas hidup pasien CKD stadium akhir yang menjalani hemodialisis memburuk (Pebriantari & Dewi, 2017).

Kualitas hidup adalah keadaan di mana penderita penyakit tetap sehat secara jasmani, sosial dan rohani serta mampu memanfaatkan hidupnya sebaik-baiknya untuk dirinya sendiri dan orang lain (Sinurat et al., 2022). Aspek kualitas hidup mencakup berbagai unsur yang mempengaruhi kebahagiaan, kepuasan, dan kesejahteraan seseorang dalam kehidupan sehari-hari. Beberapa aspek kualitas hidup yang meliputi kesehatan fisik, mencakup kegiatan sehari-hari, ketergantungan obat, energi serta kelelahan, gerak, nyeri dan ketidaknyamanan, tidur/istirahat, dan kemampuan bekerja; kesejahteraan psikologis, termasuk gambaran fisik, emosi negatif, emosi positif, harga diri, keyakinan spiritual/kepercayaan, pemikiran, pembelajaran, memori serta konsentrasi; Hubungan sosial, mencakup hubungan langsung antar individu, dukungan sosial, serta aktivitas seksual; Lingkungan mencakup sumber daya keuangan, kebebasan, keamanan serta keselamatan fisik, aksesibilitas dan kualitas, lingkungan rumah, peluang buat memperoleh info dan keterampilan baru, dan partisipasi serta peluang untuk aktivitas rekreasi dan kesenangan lingkungan fisik termasuk waktu luang, polusi, kebisingan, iklim dan transportasi (Zhu et al., 2022). Kehidupan yang baik termasuk kesehatan fisik, kesehatan mental, dukungan sosial dan banyak lagi. Lingkungan juga mempengaruhi kualitas hidup pasien hemodialisis (Martínez-Hernández et al., 2023).

Rustendi & Inayah dalam penelitiannya yang berjudul *Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisis di RSUD Ambarawa tahun 2022*, mendapatkan gambaran kualitas hidup pasien gagal ginjal yang menjalani

hemodialisis di mana sebanyak 61,0% memiliki kualitas hidup buruk (Rustendi et al., 2022). Dalam penelitian yang lain yang dilakukan Yonata et al., tahun 2022 yang berjudul *Factors Affecting Quality of Life in Hemodialysis Patients* menyatakan sebagian besar pasien memiliki kualitas hidup yang baik 67,7% (Yonata et al., 2022).

Kualitas hidup akan dipengaruhi oleh seberapa baik seseorang beradaptasi terhadap proses hemodialisis dan bagaimana mereka mengelolanya dalam kehidupan sehari-hari. (Hapsari et al., 2018). Upaya menjaga dan meningkatkan kualitas hidup pasien dapat dilakukan melalui *self-care*. *Self-care* adalah kemampuan individu, keluarga, dan komunitas untuk meningkatkan kesehatan, mencegah penyakit, menjaga kesehatan, dan mengatasi penyakit dan disabilitas dengan atau tanpa dukungan dari petugas kesehatan (WHO, 2022). *Self-care management* merupakan kemampuan individu, bersama dengan keluarga, komunitas, dan profesional perawatan kesehatan untuk mengelola gejala, pengobatan, perubahan gaya hidup, dan konsekuensi psikososial, budaya, dan spiritual dari penyakit kronis (Wilkinson & Whitehead, 2009). *Self-care management* juga didefinisikan sebagai suatu kemampuan dan proses yang digunakan individu dalam upaya sadar untuk mengendalikan penyakitnya, daripada dikendalikan oleh penyakit tersebut. Proses manajemen diri mencakup pemantauan kesehatan yang dirasakan dan penerapan strategi untuk mengelola pengobatan dan obat-obatan, keamanan, gejala, dan implikasi lain dari penyakit kronis (Thorne et al., 2003).

Kualitas hidup pasien gagal ginjal yang menjalani hemodialisis dapat ditingkatkan dengan beberapa cara seperti edukasi yang dapat mencakup pemahaman tentang kondisi kesehatan mereka, proses hemodialisis, manajemen diet dan cairan, pengelolaan obat-obatan, serta pentingnya gaya hidup sehat dalam melakukan *self-care*. *Self-care management* pada pasien yang menjalani hemodialisis merupakan keyakinan atau upaya pasien dalam mengelola penyakitnya agar dapat berpartisipasi dalam pelayanan dan meningkatkan kesehatannya yang ditandai dengan penatalaksanaan pasien berdasarkan pembatasan cairan, pengaturan pola makan, pelayanan medis, akses vaskular, dan perawatan mandiri (Prastiwi et al., 2022).

Self-care bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan serta kesejahteraan secara keseluruhan, baik secara fisik, mental, maupun emosional. Ini mencakup praktik-praktik seperti menjaga pola makan sehat, berolahraga secara teratur, tidur yang cukup, mengelola stres, dan merawat kebutuhan psikologis dan emosional. Dengan melakukan *self-care* secara efektif, pasien CKD yang menjalani hemodialisis dapat

meningkatkan kualitas hidup, mengurangi risiko penyakit, dan meningkatkan daya tahan tubuh. *Self-care* pada pasien CKD yang menjalani hemodialisis merupakan usaha positif pasien untuk menemukan dan berpartisipasi dalam pelayanan kesehatan mereka untuk mengoptimalkan kesehatan, mencegah komplikasi, mengontrol gejala, menyusun sumber-sumber pengobatan, meminimalisir gangguan dalam penyakit yang dapat mengganggu kehidupan yang mereka sukai, yang termasuk didalamnya meliputi pembatasan cairan, pengaturan diet, pengobatan, perawatan akses vaskuler (Husain, 2019).

Sinurat, dkk tahun 2022, dalam penelitiannya yang berjudul *Self Management Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis Di Unit Hemodialisis Rumah Sakit Rasyida Medan*, menunjukkan bahwa 53,9% pasien GGK yang menjalani Hemodialisis di Rumah Sakit Rasyida Medan memiliki *Self-Care Management* kurang baik (Sinurat et al., 2022). Dalam penelitian yang lain, Vera tahun 2022 tentang Hubungan *Self Care* dengan Kualitas Hidup Penderita Penyakit Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis di RSUD Dr. Moewardi menyatakan sebagian besar 61,5% pasien yang menjalani hemodialisis memiliki *Self Care* kurang baik (Vera, 2022).

Hasil wawancara yang dilakukan kepada 7 orang pasien CKD yang menjalani hemodialisis di unit hemodialisis RSUP M. Djamil Padang, didapatkan 4 orang pasien mengatakan kesehatannya lebih buruk dari satu tahun yang lalu, pasien mengatakan kondisi kesehatannya secara umum saat ini cukup buruk, dan pasien mengatakan sering merasa nyeri pada area *Blood Shunt*. 3 orang pasien mengatakan kesehatannya agak lebih baik dari satu tahun yang lalu, pasien mengatakan kondisi kesehatannya secara umum sangat baik dan pasien mengatakan terkadang ia merasa nyeri di area *Blood Shunt*. 4 pasien mengatakan sering terganggu disebabkan pembatasan cairan dan program diet yang dijalani, pasien mengatakan sering tidak mengikuti program pembatasan cairan yang di anjurkan dokter, pasien mengatakan mereka sering tidak bisa menahan rasa haus sehingga ia banyak minum untuk menghilangkan hausnya, pasien mengatakan sering merasa sedih dengan kondisinya dikarenakan ia harus membatasi aktivitasnya serta harus mengikuti sesi hemodialisis sehingga mengganggu interaksinya. 3 orang pasien mengatakan kadang-kadang terganggu dengan program diet dan pembatasan cairan yang di lakukannya, pasien mengatakan sering mengikuti pembatasan cairan yang dianjurkan dokter. Pasien mengatakan kadang-kadang ia merasa sedih dengan kondisinya sekarang. Upaya menjaga dan meningkatkan kualitas hidup pasien dapat dilakukan melalui *self-care management*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa hubungan *self-care management*

dengan kualitas hidup pasien CKD yang menjalani hemodialisis.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis kuantitatif analitik, dengan menggunakan desain *cross sectional*, yang bertujuan untuk melihat hubungan antara *self-care management* dengan kualitas hidup pasien CKD yang menjalani hemodialisis. Penelitian ini dilakukan di unit hemodialisis RSUP Dr. M. Djamil Padang. Populasi dalam penelitian ini adalah 97 pasien CKD yang menjalani hemodialisis, dan hanya 70 orang pasien yang memenuhi kriteria sebagai sample. Pengukuran variabel perilaku *self-care* menggunakan *Hemodialysis Patients Self-care Measurement Scale* dan pengukuran kualitas hidup menggunakan KDQOL-SFTM36. Skor pada *Hemodialysis Patients Self-care Measurement Scale* adalah rentang 25 – 100, dimana skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat keterlibatan perawatan diri yang lebih tinggi dan manajemen diri yang lebih baik. Skor untuk KDQOL-SFTM36

dengan rentang 0 – 100, dimana skor yang lebih tinggi menunjukkan kualitas hidup yang dirasakan lebih baik dan status kesehatan yang lebih baik. Penelitian ini telah melalui dan dinyatakan lolos kaji etik dari RSUP Dr. M. Djamil Padang dengan nomor : DP.04.03/D.XVI.XI/321/2024. Data dianalisis secara univariat yang disajikan dalam mean, standar deviasi, nilai maksimum, nilai minimum dan range; dan bivariat menggunakan uji korelasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini melibatkan 70 orang pasien CKD yang menjalani hemodialisis, didapatkan karakteristik respondennya sebagai berikut : rata-rata umur pasien yaitu 49.74 tahun; jenis kelamin laki-laki 58,6 %, perempuan 41,4%; pendidikan tingkat menengah 41,4%, tinggi 30%, rendah 28,6%; pekerjaan tidak bekerja 60%, bekerja 40%; rata-rata lama pasien CKD telah menjalani hemodialisis selama 24 bulan.

Tabel 1. Kualitas Hidup dan *Self-care Management* Pasien *Chronic Kidney Disease* yang Menjalani Hemodialisis

Variabel	n	mean	SD	min-max	range
Kualitas hidup	70	57.85	8,79	42,36-85,97	43,61
<i>Self-care management</i>	70	66,83	9,3	51-93	42

Skor rata-rata kualitas hidup pasien CKD yang menjalani hemodialisis adalah 57,85, dengan standar deviasi 8,79, skor terendah 42,36 dan tertinggi 85,97. Adapun skor rata-rata skor *Self-care* adalah 66,83 dengan standar deviasi 9,3, skor terendah 51 dan tertinggi 93.

Tabel 2. Hubungan *Self-Care Management* Dengan Kualitas Hidup Pasien *Chronic Kidney Disease* Yang Menjalani Hemodialisis

Variabel	n	Korelasi	p-value
<i>Self-Care Management</i>			
Kualitas Hidup	70	0,502	0,000

Tabel diatas menunjukkan perolehan *p-value* = 0,000, maka ada hubungan bermakna antara *self-care management* dengan kualitas hidup pasien CKD yang menjalani hemodialisis. Koefisien korelasi atau nilai *r* = 0,502 dengan tanda positif artinya terdapat hubungan searah antara *self-care management* dengan kualitas hidup. Semakin tinggi skor *self-care* maka semakin tinggi skor kualitas hidup. Kekuatan hubungan antara keduanya menunjukkan hubungan yang kuat.

Pembahasan
Kualitas Hidup

Hasil penelitian ini menunjukkan rata-rata skor kualitas hidup pasien pasien CKD yang menjalani hemodialisis adalah 57,85 dengan standar deviasi 8,79, skor kualitas hidup tertinggi 77,81 dan skor kualitas hidup yang menjalani hemodialisis terendah adalah 42,36. Dari 70 pasien, yang memiliki kualitas hidup dibawah nilai rata-rata skor 57,85 sebanyak 55,7%, artinya lebih dari separuh pasien masih memiliki kualitas hidup dibawah rata-rata.

Sulistini,dkk (2019) dalam penelitiannya yang berjudul tentang kualitas hidup pasien CKD yang menjalani hemodialisis di RS. Islam Siti Khodijah Palembang dari 36 responden rata-rata nilai kualitas hidup didapatkan adalah 50,981 dengan standar deviasi 4,3121. Nilai skor kualitas hidup pasien yang menjalani hemodialisis tertinggi adalah 61 dan nilai kualitas hidup pasien yang menjalani hemodialisis terendah adalah 44.

Kualitas hidup merupakan keadaan dimana pasien yang menderita suatu penyakit masih dapat merasa sehat secara fisik, psikis, sosial, dan spiritual, serta mampu memanfaatkan hidupnya secara optimal untuk memberi manfaat bagi dirinya sendiri dan orang lain. Seseorang dengan kualitas hidup yang buruk akan merasakan keluhan fisik seperti, sering merasa sangat lelah, bahkan setelah istirahat, karena penurunan fungsi ginjal yang menyebabkan akumulasi racun dalam tubuh dan fluktuasi dalam kesehatan umum, seperti tekanan darah yang tidak stabil atau sering merasa tidak enak badan. Kualitas hidup buruk juga menyebabkan seseorang merasa perasaan

sedih, tidak berdaya, lelah dan kehilangan minat pada aktivitas yang dulu disukai sering dialami. Pasien dengan kualitas hidup buruk merasa terisolasi karena ketidakmampuan untuk berpartisipasi dalam kegiatan sosial seperti sebelumnya hal ini menyebabkan terganggunya fungsi sosial. Kualitas hidup yang buruk dapat mempengaruhi kesehatan mereka saat menjalani hemodialisis (Sinurat et al., 2022).

Seseorang dengan kualitas hidup yang buruk mengakibatkan permasalahan pada kesehatan yang berkelanjutan. Proses hemodialisis yang berulang dapat menyebabkan kelelahan yang kronik, dan gangguan fisik secara umum. Hal ini dapat membatasi kemampuan mereka untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Pasien dengan kualitas hidup rendah seringkali harus menghadapi kenyataan bahwa mereka tidak akan pernah kembali ke kondisi kesehatan yang "normal." Proses ini memerlukan penyesuaian emosional yang signifikan, dan beberapa pasien mungkin merasa kesulitan untuk menerima kondisi mereka, yang berujung pada stres emosional yang berkepanjangan. Kualitas hidup yang rendah juga sering terkait dengan CKD dan hemodialisis sehingga dapat mempengaruhi interaksi sosial pasien. Pasien akan merasa terisolasi atau mengalami kesulitan untuk berpartisipasi dalam kegiatan sosial seperti sebelumnya (Rustendi et al., 2022).

Kondisi kualitas hidup pasien CKD yang mengalami hemodialisis dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk tingkat kesehatan umum, kualitas perawatan, dukungan sosial dan emosional. Secara umum, kualitas hidup pasien CKD yang mengalami hemodialisis dapat menurun dibandingkan dengan individu yang tidak menderita penyakit ginjal. Hal ini dapat disebabkan antara lain usia, jenis kelamin, pendidikan, efek samping dialisa, perawatan yang diperlukan, dan dampak psikologis dari penyakit kronis (Yuwono et al., 2022).

Upaya untuk meningkatkan kualitas hidup pasien CKD yang menjalani hemodialisis memerlukan pendekatan yang komprehensif dan terkoordinasi. Hal ini harus difokuskan pada pengelolaan fisik, dukungan psikologis, hubungan sosial, dukungan spiritual, akses keperawatan kesehatan berkualitas, bantuan finansial, dan kebijakan kesehatan yang mendukung. Dengan intervensi yang tepat, pasien dapat memiliki kehidupan yang lebih baik meskipun menjalani perawatan dialisis. Intervensi dalam meningkatkan kualitas hidup salah satunya memberikan edukasi kepada pasien yang menjalani hemodialisis sangat penting untuk meningkatkan kualitas hidup mereka. Edukasi ini dapat mencakup pemahaman tentang kondisi kesehatan mereka, proses hemodialisis, manajemen diet dan cairan, pengelolaan obat-obatan, serta pentingnya gaya hidup sehat dan perawatan diri secara mandiri.

Self-Care Management

Self-care merupakan kemampuan individu, keluarga, dan komunitas untuk meningkatkan kesehatan, mencegah penyakit, menjaga kesehatan, dan mengatasi penyakit dan disabilitas dengan atau tanpa dukungan dari petugas kesehatan (WHO, 2022). *Self-care management* merupakan kemampuan individu, bersama dengan keluarga, komunitas, dan profesional perawatan kesehatan untuk mengelola gejala, pengobatan, perubahan gaya hidup, dan konsekuensi psikososial, budaya, dan spiritual dari penyakit kronis (Wilkinson & Whitehead, 2009).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata skor *self-care* pasien CKD yang menjalani hemodialisis di RSUP Dr. M. Djamil Padang adalah 66,83 dengan standar deviasi 9,3. Skor yang tertinggi dari *self-care* adalah 93 dan yang terendah skornya 51. Dari 70 pasien, jumlah pasien yang memiliki skor *self-care* dibawah skor rata-rata adalah sebanyak 51,4%, artinya lebih dari separuh pasien masih rendah dalam perawatan dirinya.

Self-care management pada pasien yang menjalani hemodialisis merupakan keyakinan atau upaya pasien dalam mengelola penyakitnya agar dapat berpartisipasi dalam pelayanan dan meningkatkan kesehatannya yang ditandai dengan penatalaksanaan pasien berdasarkan pembatasan cairan, pengaturan pola makan, pelayanan medis, akses vaskular, dan perawatan mandiri (Prastiwi et al., 2022). *Self-Care* dapat menjadi salah satu cara dalam mengelola penyakit ginjal kronik sehingga penting dilaksanakan pada pasien hemodialisis yang meliputi melakukan hemodialisis sesuai program, melaksanakan pembatasan cairan dan diet, serta pengobatan (Husain, 2019). *Self-Care* pada pasien CKD yang menjalani hemodialisis melibatkan kombinasi pengelolaan medis, perawatan diri, dukungan psikososial, dan pemberdayaan pasien. Pasien hemodialisis dapat melakukan perubahan pada kualitas hidupnya apabila pasien hemodialisis mengikuti rekomendasi yang diberikan oleh dokter. Selain itu *Self-Care* juga dapat membantu pasien beradaptasi dengan berbagai perubahan yang terjadi akibat penyakit maupun terapinya serta mampu melakukan berbagai tindakan untuk mengatasi permasalahan tersebut (Kallifah et al., 2024).

Ketika pasien CKD yang menjalani hemodialisis tidak melakukan *Self-Care* yang baik seperti tidak membatasi asupan cairan, pengaturan diet, dan perawatan akses vaskuler maka dapat menyebabkan retensi cairan, hal ini dapat menyebabkan peningkatan volume darah dalam sistem sirkulasi, sehingga meningkatkan tekanan darah. Retensi cairan juga dapat menyebabkan pembengkakan pada ekstremitas, seperti kaki, tangan, dan pergelangan kaki. Selain kelebihan cairan dapat menumpuk di paru-paru

(edema paru), yang menyebabkan kesulitan bernapas, batuk, dan sesak napas. Apabila diet yang dilakukan tidak baik menyebabkan peningkatan ureum kreatinin yang menyebabkan kelelahan, mual, dan muntah, hal ini dapat mengganggu aktivitas sehari-hari sehingga berpengaruh pada kualitas hidup pasien CKD yang menjalani hemodialisis.

Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan perilaku *Self-Care* seperti edukasi, dukungan kelompok, dan pendekatan multidisiplin. Edukasi yang diberikan mencakup tentang CKD, prosedur hemodialisis, diet yang dianjurkan, dan pentingnya pengobatan.

Hubungan Perilaku *Self-Care* dengan kualitas hidup

Pada penelitian ini menunjukkan bahwa perolehan $p\text{-Value} = 0,000$, maka ada hubungan bermakna antara perilaku *Self-care* dengan kualitas hidup pasien CKD yang menjalani hemodialisis di RSUP Dr. M. Djamil Padang Tahun 2024. Penelitian ini juga menunjukkan koefisien korelasi atau nilai $r = 0,502$ dengan tanda positif artinya terdapat hubungan searah antara *self-care management* dengan kualitas hidup. Semakin tinggi *self-care* maka semakin tinggi pula kualitas hidup. Kekuatan hubungan antara keduanya menunjukkan hubungan yang kuat.

Hasil ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Kallifah, dkk (2024) tentang pengaruh *self-care* terhadap kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik di unit dialisis kota Sukabumi dari hasil uji uji korelasi diperoleh nilai korelasi (r) pengaruh variabel *self-care* terhadap kualitas hidup adalah 0,538, sehingga pengaruh *self-care* terhadap kualitas hidup adalah cukup kuat dan bersifat positif (searah) artinya semakin tinggi *self-care* maka akan semakin tinggi kualitas hidup. Selanjutnya melihat nilai $p\text{-value}$ (sig) pada uji koefisien regresi bernilai $0,007 < 0,05$ yang berarti ada hubungan bermakna antara *self-care* dengan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik di unit dialisis kota Sukabumi.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Vera, (2022) tentang hubungan *self-care* dengan kualitas hidup penderita penyakit gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di RSUD Dr. Moewardi dari hasil analisa bivariat dengan uji *Chi Square* mendapatkan hasil nilai signifikansi ($p\text{-value}$) 0,001. Hasil nilai signifikansi kurang dari 0,05 ($0,001 < 0,05$), yang artinya ada hubungan bermakna antara *self-care* dengan kualitas hidup penderita PGK yang menjalani hemodialisis di RSUD Dr. Moewardi.

Pasien dengan hemodialisis mengalami masalah pada kesehatan kesahatan fisik, kesehatan psikis, interaksi sosial, ekonomi dan spiritual, dimana masalah tersebut dapat diminimalisir dengan melakukan perawatan diri atau *self-care management*. Dengan menerapkan *self-care management* yang baik, kualitas hidup penderita

penyakit ginjal kronis akan meningkat, karena *self-care management* dapat mengurangi masalah-masalah yang dialami pasien hemodialisis. *Self-care management* merujuk pada kemampuan individu untuk mengelola kesehatan mereka sendiri, termasuk pengelolaan kondisi kronis seperti penyakit ginjal kronis (CKD) yang memerlukan hemodialisis (Vera, 2022). *Self-care management* melibatkan pasien tentang kondisi mereka, termasuk pemahaman tentang diet, pengobatan, dan pentingnya kepatuhan terhadap jadwal hemodialisis. *Self-care management* yang baik dapat meningkatkan rasa kontrol pasien terhadap kondisi mereka, yang berkontribusi pada kualitas hidup yang lebih baik (Prastiwi et al., 2022).

Hubungan *self-care management* dengan kualitas hidup pasien hemodialisis berkaitan dengan bagaimana pasien mengelola perawatan diri mereka sendiri dan bagaimana hal tersebut memengaruhi kualitas hidup mereka. Pasien hemodialisis yang menjalankan *self-care management* dengan baik cenderung lebih konsisten dalam mengikuti jadwal hemodialisis dan mematuhi rencana perawatan yang direkomendasikan oleh tim medis mereka, hal ini dapat berkontribusi pada kesehatan yang lebih baik dan kualitas hidup yang lebih tinggi. Selain itu *self-care management* juga dapat memiliki dampak positif pada kesejahteraan psikologis pasien. Pasien yang terampil dalam mengelola perawatan diri mereka sendiri cenderung memiliki tingkat stres dan kecemasan yang lebih rendah, serta merasa lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan yang mungkin timbul, yang semuanya berkontribusi pada kualitas hidup yang lebih baik (Marianna & Astutik, 2018).

Pasien CKD yang menjalani hemodialisis harus berperan aktif dalam merawat diri mereka sendiri, meliputi pemahaman tentang kondisi medis mereka, pengelolaan terapi (seperti mengikuti jadwal hemodialisis), perubahan gaya hidup yang diperlukan, serta penanganan dampak psikologis dan sosial dari kondisi medis mereka. *Self-care management* dapat membantu pasien dalam mengembangkan keterampilan dan strategi yang diperlukan untuk mengelola perawatan diri mereka sendiri, dengan harapan meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan (Wijayanti et al., 2017).

Pasien yang aktif dalam perilaku *self-care* seperti pengaturan diet, manajemen stress, perawatan akses vaskuler, diet terapeutik, dan observasi petunjuk perawatan, dapat lebih baik dalam mengenali serta mengelola gejala yang muncul akibat CKD dan hemodialisis. Dengan mengelola gejala seperti kelelahan, mual, udem, peningkatan tekanan darah, anemia, peningkatan ureum kreatinin, pasien dapat meningkatkan kenyamanan dan kualitas hidup mereka. Pasien yang mengalami penyakit CKD yang menjalani

hemodialisis membutuhkan semangat dan dukungan dalam melakukan perawatan diri dan menjalani kehidupan untuk mempertahankan kesehatan dan kualitas hidupnya, karena *self-care management* mempengaruhi kualitas hidup pasien CKD.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan bermakna antara *self-care management* dengan kualitas hidup pasien CKD yang menjalani hemodialisis di RSUP Dr. M. Djamil Padang. Hubungan antar keduanya menunjukkan hubungan yang kuat dan positif dimana semakin tinggi *self-care management* maka semakin tinggi kualitas hidup. Dengan demikian direkomendasikan kepada tim unit hemodialisis agar melakukan upaya untuk meningkatkan perilaku *self-care* pada pasien seperti edukasi kepada pasien dan keluarga tentang manajemen stres, perawatan akses vaskuler, observasi petunjuk perawatan, kepatuhan terapi ataupun pendekatan multidisiplin yang bergerak dalam bidang penyakit CKD.

DAFTAR PUSTAKA

- Bello, A. K., Okpechi, I. G., Osman, M. A., Cho, Y., Htay, H., Jha, V., Wainstein, M., & Johnson, D. W. (2022). Epidemiology of haemodialysis outcomes. *Nature Reviews Nephrology*, 18(6), 378–395. <https://doi.org/10.1038/s41581-022-00542-7>
- Diah Anggita, K., & Oktia, V. (2023). Gambaran Kualitas Hidup Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis (Ggk) Yang Menjalani Hemodialisis. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandiri Cendekia*, 2(8), 277–284.
- Gehman. (2023). Global Kidney Health Atlas. *ISN: Internasional Society of Nephrology*, 19–28.
- Hapsari, T., Agustiyowati, R., Sitorus, R., Waluyo, A., & Besral, B. (2018). *The Effectiveness of Roy ' s Adaptation Model for Patients with Chronic Kidney Disease Undergoing Pre-Dialysis in Indonesia*. 13(2).
- Husain, F. (2019). Buku Panduan Peer Support Program dan Manajemen Diri Pasien Hemodialisis. *Buku Panduan Peer Support Program Dan Manajemen Diri Pasien Hemodialisa*, 9–13.
- Kallifah, N. R., Budhiana, J., & Farhania, I. (2024). Pengaruh Self-Care terhadap Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik di Unit Dialisis Kota Sukabumi. *Jurnal Keperawatan Cikini*, 5(01), 1–9.
- Kemenkes RI. (2021). Rencana Aksi Program Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit. *Rencana AKSI Program P2P, 2021*, 86.
- Kholizah, S., DYanti, P., Rustam, M., & HRustam, M. (2022). Descriptive study of implementation of health protocols for people with HIV-AIDS during the pandemic of covid-19 Gambaran pelaksanaan protokol kesehatan pada orang dengan HIV-AIDS (ODHA) di masa pandemi covid-19. *CORE JOURNAL Community Research of Epidemiology*, 3(1). <https://doi.org/10.24252/corejournal.v>
- Kidney Research UK. (2023). *Kidney disease: A UK public health emergency The health economics of kidney disease to 2033*. June, 114pp.
- Marianna S., Astutik S., (2018). Hubungan Dampak Terapi Hemodialisa Terhadap Kualitas Hidup Pasien Dengan Gagal Ginjal. *eISSN : 2622-0997*. 41–52.
- Martínez-Hernández, S. L., Muñoz-Ortega, M. H., Ávila-Blanco, M. E., Medina-Pizaño, M. Y., & Ventura-Juárez, J. (2023). Novel Approaches in Chronic Renal Failure without Renal Replacement Therapy: A Review. *Biomedicines*, 11(10), 1–34. <https://doi.org/10.3390/biomedicines11102828>
- Narayanan, M., & Setia, S. (2019). Chronic Kidney Disease. *The Perioperative Medicine Consult Handbook: Third Edition*, 66(Suppl 1), 301–305. https://doi.org/10.1007/978-3-030-19704-9_38
- Perhimpunan Nefrologi Indonesia. (2020). *13 th Annual Report of Indonesian Renal Registry 2020*. 1–37.
- Prastiwi, D., Martyastuti, N. E., Isrofah, I., & Alisyahbana, B. (2022). Self-care management education increase quality of life of patient with chronic kidney disease undergoing hemodilysis. *Media Keperawatan Indonesia*, 5(1), 28. <https://doi.org/10.26714/mki.5.1.2022.28-32>
- Riskesdas Sumatra Barat. (2018). Riset Kesehatan Dasar Provinsi Sumatera Barat Tahun 2018. In *Laporan Riskesdas Nasional 2018*.
- Rustendi, T., Murtiningsih, M., & Inayah, I. (2022). Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisa. *Mando Care Jurnal*, 1(3), 98–104. <https://doi.org/10.55110/mcj.v1i3.88>
- Sinurat, L. R. E., Barus, D., Simamora, M., & Syapitri, H. (2022). Self Management Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis Di Unit Hemodialisa. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(Februari), 653–660.
- Stevens, P. E., Ahmed, S. B., Carrero, J. J., Foster, B., Francis, A., Hall, R. K., Herrington, W. G., Hill, G., Inker, L. A., Kazancioğlu, R., Lamb, E., Lin, P., Madero, M., McIntyre, N., Morrow, K., Roberts, G., Sabanayagam, D., Schaeffner, E., Shlipak, M., ... Levin, A. (2024). KDIGO 2024 Clinical Practice Guideline for the Evaluation and Management of Chronic Kidney Disease.

- Kidney International*, 105(4), S117–S314. <https://doi.org/10.1016/j.kint.2023.10.018>
- Sulistini, R., Hana, D. D., & Azinora, D. (2019). Kualitas Hidup Pasien Yang Menjalani Hemodialisis Quality of Life Hemodialysis Patients. In *Proceeding Seminar Nasional Keperawatan*, 4(1), 186–192.
- Sumida, K., Yamagata, K., Iseki, K., & Tsubakihara, Y. (2016). Different impact of hemodialysis vintage on cause-specific mortality in long-term hemodialysis patients. *Nephrology Dialysis Transplantation*, 31(2), 298–305. <https://doi.org/10.1093/ndt/gfv402>
- Thorne, S., Paterson, B., & Russell, C. (2003). The structure of everyday self-care decision making in chronic illness. *Qualitative Health Research*, 13(10), 1337–1352. <https://doi.org/10.1177/1049732303258039>
- Vera, L. S. (2022). Hubungan Self Care dengan Kualitas Hidup Penderita Penyakit Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis di RSUD dr. Moewardi. *Publikasi Ilmiah*, 1–14.
- W. H. Organization, (2022). *WHO Guideline on self-care interventions for health and well-being WHO Guideline on self-care interventions for health*.
- Wijayanti D. et al Keluarga, D. (2018). Self Care Management Pasien Hemodialisa ditinjau dari Dukungan Keluarga di, RSUD Dr. Soetomo Surabaya. *ISSN Cetak 2303-1433*
- ISSN Online: 2579-7301*. 6(1), 109–117.
- Wilkinson, A., & Whitehead, L. (2009). Evolution of the concept of self-care and implications for nurses: a literature review. *International Journal of Nursing Studies*, 46(8), 1143–1147. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2008.12.011>
- Yonata, A., Islamy, N., Taruna, A., & Pura, L. (2022). Factors Affecting Quality of Life in Hemodialysis Patients. *International Journal of General Medicine*, 15(September), 7173–7178. <https://doi.org/10.2147/IJGM.S375994>
- Yuwono, S. T., Aryani, G. S., Setyowatit, L., Huda, M. H., & Kurniawan, M. H. (2022). *Quality of Life Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Melakukan Terapi Hemodialisis Rutin RS Hermina Yogyakarta Pendahuluan World Health Organization menyebutkan bahwa penyakit CKD menduduki peringkat ke patients with diabetic nephropathy : finding from the KNO*. 5(2), 28–33.
- Zhu, Y., Zeng, X., Ying, J., Cai, Y., Qiu, Y., & Xiang, W. (2022). Evaluating the quality of life among melasma patients using the MELASQoL scale: A systematic review and meta-analysis. *PLoS ONE*, 17(1 January). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0262833>