

**HUBUNGAN SELF MANAGEMENT TERHADAP TINGKAT STRES PADA PASIEN
GAGAL GINJAL KRONIK YANG MENJALANI HEMODIALISA**

Yuyun Kintan^{*)}, Ni Luh Putu Ari Astuti^{*)}, Arlies Zenitha Victoria^{*)}

^{*)} STIKES Telogorejo Semarang

Email: yuyunkintan2000@gmail.com

ABSTRAK

Gagal Ginjal Kronik (GGK) merupakan suatu kondisi ginjal mengalami kerusakan progresif yang bersifat *irreversible* sehingga harus dilakukannya hemodialisa sebagai pengganti fungsi ginjal. Hemodialisa yang berlangsung lama dapat menyebabkan stres, menurunnya konsentrasi, terganggunya emosional dan gangguan fisiologis serta komplikasi, yang erat kaitanya dengan *self-management* dari diri pasien itu sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *self-management* dengan tingkat stres pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di SMC RS Telogorejo. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif korelasional dengan rancangan *cross sectional*, jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 55 responden dengan teknik pengambilan sampel *accidental sampling*. Alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner *Hemodialysis Self Management Instrument* (HDSMI) dan kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS-10). Hasil dari uji *Rank Spearman* didapatkan hasil adanya hubungan yang signifikan antara *self management* dengan tingkat stres pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa, dengan nilai *p-value* 0,001 dan nilai rho -0,428 artinya korelasi negatif dengan kekuatan hubungan yang cukup kuat. Rekomendasi dari penelitian ini yaitu agar perawat dapat mengembangkan intervensi keperawatan yang sesuai dalam membentuk *self management* yang efektif untuk mengatasi stres pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.

Kata Kunci : Gagal ginjal kronik, hemodialisa, *self management*, stres

ABSTRACT

Chronic Kidney Failure refers to progressive and irreversible renal dysfunction. Thus, the patients must receive hemodialysis. Hemodialysis could last longer and make the patients suffer from stress, losing concentration, emotional problems, psychological problems, and related self-management complications. This research analyzed the correlation between self-management and stress levels of chronic kidney failure patients with hemodialysis at SMC Telogorejo. This research used a descriptive correlation method with a cross-sectional approach. The sample consisted of 55 respondents taken with accidental sampling. The researcher collected the data with a hemodialysis self-management instrument, (HDSMI) and the perceived stress scale, (PSS-10). The Spearman rank result showed a significant correlation between self-management and stress levels of chronic kidney patients with hemodialysis. The obtained p-value is 0.001 with a rho-value of (-0.428), indicating a negative and strong correlation between the variables. This research recommends that nurses develop relevant nursing care of self-management to effectively manage the patient's stress with hemodialysis.

Keywords : *Chronic Kidney Failure, hemodialysis, self-management, stress*



PENDAHULUAN

Gagal Ginjal Kronik (GGK) adalah masalah kesehatan pada masyarakat global yang prevalensinya terus meningkat, gagal ginjal kronik merupakan kegagalan ginjal dalam mempertahankan metabolisme keseimbangan cairan dan elektrolit (Widiana, 2017). GGK menempati angka kematian tertinggi ke-20 di dunia. Berdasarkan *National Chronic Kidney Disease Fact Sheet*, (2017) di Amerika Serikat, terdapat 30 juta orang dewasa (15%) memiliki penyakit GGK (Harista, 2019). Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2015 mengemukakan bahwa angka kejadian Gagal Ginjal Kronik di seluruh dunia mencapai 10% dari populasi, sementara itu pasien GGK yang menjalani hemodialisa diperkirakan mencapai 1,5 juta orang di seluruh dunia. Angka kejadiannya diperkirakan meningkat 8% setiap tahunnya.

Angka kejadian GGK di Indonesia pada tahun 2018 mencapai 19,3% atau sebesar 713.783 jiwa menurut (Riskesdas, 2018), sementara itu angka kejadian GGK di Jawa Tengah yaitu sebesar 0,42% atau sebanyak 67.977 jiwa. Hasil studi pendahuluan di SMC RS Telogorejo berdasarkan data dari rekam medis tahun 2022 sebanyak 1.443 pasien dengan 1.372 pasien rawat jalan dan 71 pasien rawat inap, dengan rata-rata 120 jumlah pasien per bulan.

Gagal Ginjal Kronik (GGK) adalah dimana kondisi ginjal mengalami kelainan struktural atau gangguan fungsi yang berlangsung lebih dari 3 bulan dimana ginjal bersifat progresif dan *irreversible*, yang artinya tidak dapat pulih kembali. Pada penderita gagal ginjal kronik, apabila fungsi ginjal sudah sangat menurun yaitu ditandai dengan

Laju Filtrasi Glomerulus (LFG) <15ml/Menit/1,73m² maka hal ini disebut dengan gagal ginjal kronik (Anggraini & Fadila, 2022).

Pada pasien gagal ginjal kronik untuk mempertahankan kehidupannya diperlukan terapi hemodialisa (Suwitra, 2014). Hemodialisa merupakan terapi untuk mengganti fungsi ginjal yang rusak, dengan cara mengambil zat-zat nitrogen yang bersifat toxic dari darah dan mengeluarkan air yang berlebih (Sompie et al., 2015). Orang yang menjalani hemodialisa seumur hidupnya dapat mengalami proses perubahan dalam kehidupannya seperti status kesehatan, keadaan ekonomi, serta proses hemodialisa itu sendiri yang merupakan pemicu terjadinya stress (Rahayu et al., 2018). Stress pada pasien GGK dapat disebabkan juga karena harus menjalani hemodialisa seumur hidup, dan menghadapi masalah komplikasi dari penyakit GGK itu sendiri seperti gangguan sistem jantung, pembuluh darah, anemia, hipertensi, gangguan kesuburan, gangguan kulit, tulang dan masih banyak lagi (Rahayu et al., 2018).

Untuk mengatasi stres itu sendiri banyak berbagai cara salah satunya bagaimana *Self-Management* dari diri pasien itu sendiri (Sinurat et al., 2022). *Self-management* atau manajemen perawatan diri adalah kemampuan seseorang untuk melindungi diri mereka sendiri dengan menerapkan berbagai perawatan yang diyakini dapat mengurangi efek dari suatu penyakit, *self-management* harus dilakukan pada pasien hemodialisa salah satunya adalah manajemen stres untuk mempertahankan kondisi kesehatan dan meningkatkan kualitas hidupnya (Malinda et al., 2022).

Dampak dari *self-management* yang rendah dapat memperburuk kondisi kesehatan serta menimbulkan stres akibat ketidakmampuan dalam melakukan manajemen diri (Nursia Aja et al., 2018). Sedangkan *self-management* yang tinggi akan membuat seseorang mampu untuk mengelola penyakitnya dan patuh dalam pengobatan yang dijalani. Dimana *Self-management* merupakan bentuk tindakan individu yang memiliki tujuan untuk mengendalikan dan mengatur kehidupan sehari-hari untuk mengurangi dampak dari penyakit yang dideritanya (Dharmayanti et al., 2022). *Self-Management* bermanfaat untuk mengembangkan keterampilan yang dihadapi oleh pasien untuk meningkatkan efikasi diri, dan menentukan pengelolaan yang terbaik untuk dirinya sendiri (Nursia Aja et al., 2018).

Menurut penelitian Astuti (2019) faktor yang mempengaruhi *self-management* berupa usia, jenis kelamin, pernikahan, pendidikan dan pekerjaan, lama hemodialisa, frekuensi hemodialisis, komplikasi yang muncul dan psikologis seperti kecemasan, dan stres. Untuk saat ini belum ada penelitian yang berfokus terhadap ada tidaknya hubungan yang signifikan antara *self-management* dengan tingkat stres pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. Mengingat pentingnya pengontrolan manajemen diri dalam mengatasi stres pada pasien yang menjalani hemodialisa, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian ini.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif korelasional dengan rancangan *cross sectional*, penelitian ini dilakukan di SMC RS Telogorejo pada bulan Mei 2023, jumlah sampel dalam

penelitian ini yaitu sebanyak 55 responden dengan kriteria inklusi pasien berusia ≥ 17 tahun, pasien mampu berkomunikasi dengan baik, dan mampu membaca dan menulis, adapun kriteria eksklusi dalam penelitian ini yaitu pasien kritis dan penurunan kesadaran. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik *accidental sampling*. Alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner *Hemodialysis Self Management Instrument* (HDSMI) dengan nilai validitas =0,331-0,799 dan nilai *Cronbach Alpha* 0,898 (Husain et al., 2020), dan kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS-10) dengan uji validitas =0.429 –1 dan nilai reliabilitas dengan *Cronbach's Alpha α* =0.950 (Werdani, 2020). Analisa data yang digunakan yaitu menggunakan uji korelasi *Rank Spearman*.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Tabel.1

Distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik responden (n=55)

Variabel	f	%
Usia		
Remaja akhir (17 – 25)	2	3,6
Dewasa awal (26 – 35)	5	9,1
Dewasa akhir (36 – 45)	10	18,2
Lansia awal (46 – 55)	15	27,3
Lansia akhir (56 – 65)	17	30,9
Manula (>65)	6	10,9
Total	55	100,0
Jenis Kelamin		
Perempuan	17	30,9
Laki-laki	38	69,1
Total	55	100,0
Pendidikan		
SD	7	12,7
SMP	1	1,8
SMA	25	45,5
Perguruan tinggi	22	40,0
Total	55	100,0

Frekuensi hemodialisa		
1x1 minggu	-	-
2x1 minggu	54	98,2
3x1 minggu	1	1,8
Total	55	100,0
Lama menjalani HD		
Baru (<1 tahun)	28	50,9
Sedang (1-3 tahun)	13	23,6
Lama (>3 tahun)	14	25,5
Total	55	100,0
Status Pasien		
Rawat inap	53	96,4
Rawat jalan	2	3,6
Total	55	100,0

Berdasarkan tabel karakteristik responden di atas dengan jumlah 55 responden, berdasarkan usia mayoritas usia responden termasuk kategori lansia akhir sebanyak 17 responden (30,9%), berjenis kelamin laki-laki sebanyak 38 responden (69,1%), berpendidikan terakhir yaitu SMA sebanyak 25 responden (45,5%), berdasarkan frekuensi hemodialisa kebanyakan pasien menjalani hemodialisa 2x1 minggu sebanyak 54 responden (98,2%), lama menjalani hemodialisa terdapat 28 responden (50,9%) dengan menjalani hemodialisa <1 tahun, dan sebagian besar adalah pasien rawat jalan sebanyak 53 responden (96,4%).

2. *Self Management* Pasien GGK yang Menjalani Hemodialisa

Tabel.2

Self Management Pasien GGK yang Menjalani Hemodialisa (n=55)

<i>Self management</i>	f	%
Rendah	5	9,1
Sedang	24	43,6
Tinggi	26	47,3
Total	55	100,0

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 55 responden, mayoritas responden memiliki *self management*

tinggi yaitu sebanyak 26 responden (47,3%).

3. Tingkat Stres Pasien GGK yang Menjalani Hemodialisa

Tabel.3

Tingkat Stres Pasien GGK yang Menjalani Hemodialisa (n=55)

Tingkat Stres	f	%
Ringan	28	51,0
Sedang	19	34,5
Berat	8	14,5
Total	55	100,0

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi stres menunjukkan bahwa dari 55 responden yang mengalami stres ringan, yaitu sebanyak 28 responden (51,0%).

4. Hubungan *Self Management* Terhadap Tingkat Stres pada Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisa.

Tabel.4

Hubungan *Self Management* Terhadap Tingkat Stres pada Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisa

Variabel	R	P-value
<i>Self Management</i> Tingkat Stres	-0,428	0,001

Berdasarkan tabel di atas didapatkan *p-value* 0,001 atau kurang dari 0,05 yang artinya ada hubungan antara variabel *self management* dan tingkat stres. Dengan nilai rho -0,428 yang artinya arah korelasi negatif atau berlawanan disini diartikan semakin tinggi *self management* maka semakin rendah tingkat stresnya dengan kekuatan hubungan korelasi yang cukup kuat.

PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat

a. Usia

Peneliti mendapatkan hasil yang paling banyak yaitu responden lansia akhir (56-65 tahun), sebanyak 17 responden (30,9%). Hasil penelitian ini didukung oleh data (Riskesdas, 2018) yang menunjukkan bahwa pasien dengan gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa paling banyak terjadi pada rentang usia (56-65) tahun lansia akhir sebanyak 599 orang (22,91%). Sejalan dengan penelitian Togatorop & Arto, (2022) menyatakan bahwa pasien GGK yang menjalani hemodialisa paling banyak terjadi pada rentang usia 56-65 tahun sebanyak 43 responden (28,9%) dari 149 sampel.

Fungsi ginjal akan menurun seiring bertambahnya usia, yang menyebabkan peningkatan respon ginjal terhadap *vasodilator* dan *vasokonstriktor* yang akan meningkatkan *filtration fraction* dan berujung pada penurunan *Glomerulo Filtration Rate* (GFR) (Togatorop & Arto, 2022). Perkiraan penurunan fungsi ginjal berdasarkan bertambahnya usia setiap dekade yaitu sekitar 10 ml/menit/1.73 m², jika telah mencapai usia 40 tahun, dapat diperkirakan telah terjadi kerusakan ringan yaitu dengan nilai LFG 60 – 89 ml/menit/1.73 m², yang artinya telah terjadi penurunan fungsi ginjal sekitar 10%. Semakin meningkatnya usia, dan ditambah dengan penyakit penyerta seperti aterosklerosis, hipertensi, diabetes dan asam urat ginjal cenderung akan menjadi lebih cepat rusak dan

tidak dapat dipulihkan kembali (Malinda et al., 2022).

b. Jenis Kelamin

Didapatkan lebih banyak responden dengan jenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 38 responden (69,1%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Togatorop & Arto, (2022). dimana jenis kelamin laki-laki lebih banyak daripada perempuan yaitu sebanyak 92 (61,7%) dari 149 sampel.

Jenis kelamin laki-laki beresiko 1,783 kali lebih besar terkena gagal ginjal kronik dibandingkan perempuan, dikarenakan adanya pengaruh perbedaan hormon reproduksi, gaya hidup, konsumsi alkohol, dan merokok, yang dapat meningkatkan resiko gagal ginjal. dimana laki-laki memiliki ukuran ginjal lebih besar dan memiliki jumlah *glomerulus* lebih banyak yang menyebabkan pria lebih toleran terhadap peningkatan tekanan darah pada stress hemodinamik dibandingkan perempuan. Estrogen memiliki efek *antifibrotik* dan *antiapoptotik*, sedangkan testosteron memiliki efek *profibrotik* dan *proapoptotik* pada ginjal yang meningkatkan kerusakan ginjal pada laki-laki (Togatorop & Arto, 2022).

c. Pendidikan

Peneliti mendapatkan hasil bahwa responden dengan tingkat pendidikan yang paling banyak yaitu SMA sebanyak 25 responden (45,5%). Sejalan dengan penelitian Simanjuntak & Lombu, (2018) mayoritas pendidikan terbanyak adalah SMA sebesar (42,4%).



Hasil penelitian ini menunjukkan mayoritas responden dengan pendidikan terakhir SMA (45,5%) dalam penelitiannya Damanik, (2018) mengatakan pendidikan merupakan faktor penting bagi penderita GGK untuk dapat memahami dan mengatur dirinya sendiri dalam membatasi makan dan minum. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka cenderung berperilaku positif, dimana pendidikan merupakan landasan dalam perubahan pemahaman dan perilaku seseorang (Devi, 2020). Pendidikan tinggi yang dimiliki seseorang menjadikan orang tersebut mampu mengatasi masalah yang dihadapi dengan rasa percaya diri yang tinggi, pengalaman yang lebih, mampu memperkirakan sesuatu dengan tepat, serta mudah mengerti akan anjuran yang diberikan oleh petugas kesehatan dalam melakukan manajemen diri dan hal ini akan berefek mengurangi stres yang dialami (Damanik, 2018).

d. Frekuensi Hemodialisa

Peneliti mendapatkan mayoritas dengan frekuensi 2x seminggu sebanyak 54 responden (98,2%), dan didapatkan 1 responden dengan frekuensi 3x1 minggu (1,8%). Sejalan dengan penelitian Syahrizal (2020) frekuensi hemodialisis terbanyak yaitu 2x seminggu sebanyak 27 orang (57,4%).

Frekuensi hemodialisa setiap orang berbeda tergantung dari tingkat kerusakan fungsi ginjalnya, terapi hemodialisa idealnya dilakukan sampai 3 kali perminggu dengan durasi waktu 4-5 jam. Pasien dengan frekuensi hemodialisa 2x

seminggu hal tersebut dikarenakan fungsi ginjal sudah mengalami kerusakan dan penurunan fungsi ginjal stadium akhir, sehingga pasien tidak dapat lagi bertahan hidup tanpa melakukan hemodialisa 2x seminggu (Rahayu et al., 2018). Semakin menurun fungsi ginjal maka ginjal semakin banyak sisa sampah hasil metabolisme yang tidak bisa dibuang dengan cara normal sehingga memerlukan hemodialisa 2x seminggu (Oktaviana et al., 2019). Pasien dengan *Residual Kidney Function* rendah (kurang dari 2ml/menit) harus menjalani hemodialisa 3 kali seminggu dengan durasi 3 kali setiap menjalani hemodialisa (Syahrizal et al., 2020).

Mewujudkan *self management* yang optimal pada pasien hemodialisa dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya yaitu faktor frekuensi hemodialisa (Astuti et al., 2019). Penelitian Rahayu (2018) melaporkan frekuensi hemodialisa berhubungan dengan tingkat stres dikarenakan pasien merasa cemas karena GGK tidak bisa disembuhkan dan harus mengalami berbagai komplikasi baik fisik maupun mental, dan sulit menerima kenyataan harus menjalani hemodialisa 2x per minggu seumur hidup. Dimana menurut Sayahrizal (2020) mengatakan bahwa tingkat stres pada pasien hemodialisa berkaitan dengan mekanisme coping atau *self management* pada dirinya.

Disini peneliti berasumsi bahwa pasien dengan frekuensi hemodialisa 2x per minggu jika dikaitkan dengan lama hemodialisa

kurang dari 1 tahun, maka kondisi pasien tersebut belum begitu parah jika dibandingkan dengan pasien yang dilakukan hemodialisa 3 kali perminggu, karena pasien dengan frekuensi hemodialisa 3 kali per minggu biasanya pasien tersebut dengan komplikasi dan belum mampu memajemen diri dengan baik yang dapat berpengaruh buruk terhadap kesehatan dan tingkat *self management* pasien, serta ketentuan frekuensi hemodialisa yang harus dijalaninya (Malinda et al., 2022).

e. Lama Menjalani Hemodialisa

Berdasarkan karakteristik lama menjalani HD responden paling banyak yaitu <1 tahun sebanyak 28 responden (50,9%). Sejalan dengan penelitian Wahyuni (2018), mayoritas responden menjalani hemodialisa <12 bulan sebanyak 17 orang (54,8%). Berdasarkan lama menjalani hemodialisa didapatkan mayoritas responden baru menjalani hemodialisa yaitu <1 tahun, dimana ada beberapa pasien yang memang baru menjalani hemodialisa di SMC RS Telogorejo, ada juga karena rujukan atau pindahan dari Rumah Sakit atau Klinik yang sebelumnya menjalani terapi hemodialisa, dan ada juga pasien tamu (*traveling*) dari luar kota, dimana hal tersebut sejalan dengan penelitian (Solihatin, et.al., 2019).

Menurut penelitian Bayhakki (2017) menyebutkan bahwa lama menjalani hemodialisa kurang dari 1 tahun memberi peluang bagi pasien untuk lebih adaptif dengan program terapi dan pasien semakin patuh untuk menjalani hemodialisa karena biasanya pasien telah mencapai tahap menerima dan

mereka kemungkinan banyak mendapatkan pendidikan kesehatan dari tenaga kesehatan tentang pentingnya melakukan hemodialisa secara teratur bagi mereka (Wahyuni et al., 2018). Namun di sisi lain, semakin lama menjalani hemodialisa juga semakin tinggi potensi munculnya komplikasi yang justru dapat menghambat kepatuhan terhadap program terapi. Dimana pasien hemodialisa pada umumnya memiliki lama waktu menjalani hemodialisa yang berbeda-beda, ada yang tidak lama bertahan hidup hingga 3-5 tahun, namun ada juga yang bertahan hingga bertahun-tahun hidup dengan menjalani hemodialisa dan sekitar 60% sampai 80% pasien hemodialisa meninggal karena komplikasi dari hemodialisa (Bayhakki et al., 2017).

f. Status Pasien

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa dari 55 responden, mayoritas merupakan pasien rawat jalan sebanyak 53 (96,4%), dan sisanya 2 (3,6%) merupakan pasien rawat inap, dari 2 responden rawat inap ini termasuk dalam *self management* rendah dan tingkat stres berat. Sejalan dengan penelitian (Fauziah et al., 2015) dimana mayoritas pasien hemodialisa di Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta yaitu adalah pasien rawat jalan sebanyak 1.861 pasien dan 31 pasien rawat inap. Menurut penelitian (Ridha Hidayat, 2019).

Dalam penelitian Novianti (2017) mengatakan bahwa *self care management* pada pasien rawat jalan dengan frekuensi 2x seminggu

jika dikaitkan dengan lama menjalani hemodialisa >1 tahun maka biasanya orang tersebut sudah mampu melakukan manajemen diri dengan baik. Menurut Malinda (2022) Penerimaan diri merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap *self management* seseorang, bahwa penerimaan diri yang rendah pada pasien hemodialisa, pasien menjadi fokus pada permasalahan psikologisnya seperti cemas, stres, menyesal, merasa dirinya beban, sehingga pasien menjadi tidak fokus melakukan *self management* terhadap penyakit gagal ginjal kronik, Pasien menjadi lebih mengabaikan dalam diet hemodialisa, kepatuhan pada jadwal hemodialisa, pengetahuan tentang hemodialisis, dan mematuhi perawatan selama hemodialisa (Malinda et al., 2022).

Adapun rawat inap pada pasien hemodialisa terjadi karena beberapa faktor seperti kelebihan cairan, tekanan darah, nutrisi, kepatuhan dalam manajemen diri, tingkat pendidikan, depresi, dukungan keluarga serta adekuasi dialysis yang merupakan faktor utama pasien harus menjalani rawat inap (Hidayati, 2018). Stressor yang dialami pasien rawat inap di rumah sakit terjadi karena prosedur asing yang harus dijalani pasien dalam menjalani terapi pengobatan, dimana pasien merasa tidak tenang dan gelisah karena timbul kejenuhan lingkungan rumah sakit (Ridha Hidayat, 2019).

g. *Self management* pada pasien GGK yang menjalani hemodialisa
Dari 55 responden, mayoritas responden memiliki *self management* tinggi yaitu 26 responden (47,3%). Sejalan dengan penelitian Safitri, (2021) dimana mayoritas *self management* pasien GGK di Klinik Ginjal Lestari Semarang dengan kategori *self management* tinggi yaitu 101 (92%). Sejalan juga dengan penelitian Malinda (2022) mayoritas memiliki *self management* yang tinggi berjumlah 43 orang (48,9%).

Self management yang diteliti dalam penelitian ini yaitu merupakan *self management* pasien hemodialisa pada saat di rumah, dan *self management* pada saat proses hemodialisa meliputi empat komponen seperti pemecahan masalah (*problem solving*), perawatan diri (*self care*), *management* emosi (*emotional management*), dan kerja sama dalam perawatan hemodialisa (*pathnership*) (Husain et al., 2020).

Menurut *Self-Management Theory* mengungkapkan bahwa pasien GGK yang memiliki manajemen diri yang baik akan memiliki pengaturan diri sehari-hari yang menyesuaikan untuk mengendalikan atau mengurangi dampak penyakit pada status kesehatannya (Malinda et al., 2022). *Self management* pada pasien GGK berkaitan dengan karakteristik dari diri pasien itu sendiri, yang membedakan seseorang yang satu dengan yang lain. Karakteristik tersebut berupa usia, jenis kelamin, latar belakang

pendidikan, suku bangsa, agama, pekerjaan dan lain-lain (Safitri, 2021). Seseorang yang memiliki *self-management* yang tinggi dengan penyakit kronis akan membuat seseorang tersebut mampu manajemen dirinya dengan baik, dengan menunjukkan perilaku patuh seperti minum obat, menjaga pola makan, rutin memeriksakan diri ke puskesmas, melakukan aktivitas fisik seperti berolahraga. Namun sebaliknya, *self management* yang rendah akan menyebabkan seorang jarang memeriksakan dirinya ke fasilitas kesehatan, tidak menjaga pola makan, lupa mengkonsumsi obat dan tidak peduli dengan aktivitas fisiknya (Malinda et al., 2022).

h. Stres Pada Pasien GGK Yang Menjalani Hemodialisa

Stres pada pasien hemodialisa ini berasal dari keterbatasan aktivitas fisik, perubahan konsep diri, status ekonomi, dan tingkat ketergantungan. Adanya masalah keuangan, pekerjaan, hilangnya dorongan seksual serta impotensi (Saraswati et al., 2022).

Hasil dari penelitian diperoleh data 28 (51,0%) Pasien mengalami tingkat stress ringan, dikarenakan pasien tersebut memang sudah menerima keadaan sehingga stressor yang ada direspon dengan positif, hal ini dikarenakan pasien sudah menjalani hemodialisa dalam waktu yang lama sehingga sebagian pasien sudah merasa terbiasa dengan segala perubahan yang terjadi dalam dirinya, dan jika mekanisme koping pasien tidak baik dalam merespon stressor maka

akan berdampak pada tingkat stress pasien (Rahayu et al., 2018).

Adapun pasien dengan stres berat didapatkan 8 orang (14,5%), hal ini dikarenakan pasien merasa cemas karena penyakit gagal ginjal kronik yang tidak bisa disembuhkan, dan belum berbagai komplikasi yang dialami pasien baik masalah fisik dan mental, pasien merasa sulit dalam menghadapi proses hemodialisa yang dilakukan 2x seminggu seumur hidup, belum lagi masalah perubahan financial sehingga pasien mengalami stress (Oktaviana et al., 2019).

2. Analisa Bivariat

Hubungan *self management* dan stres pada pasien GGK yang menjalani hemodialisa. Hasil penelitian didapatkan nilai *p-value* 0,001 atau ($<0,05$) artinya ada hubungan yang signifikan antara variabel *self management* dengan stres, sebagaimana H_a diterima H_0 ditolak, didapatkan nilai rho -0,428 artinya arah korelasi negatif dengan kekuatan hubungan korelasi cukup kuat. Dari hasil penelitian ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi *self management* maka semakin rendah tingkat stresnya. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sinurat et al., 2022) bahwa adanya hubungan *self management* dengan kualitas hidup memiliki nilai *p-value* 0,000 dengan nilai rho = 0,880 menunjukkan kekuatan korelasi sangat kuat dengan arah korelasi positif.

Pasien yang menjalani hemodialisa harus membatasi cairan, dan makanan, dimana mereka kehilangan kebebasan, tergantung pada pelayanan kesehatan, konflik internal, keluarga, sosial, serta

berkurangnya pendapatan, menyebabkan pasien mengabaikan manajemen diri terhadap penyakitnya sehingga *self management* pasien berdampak buruk (Simanjuntak & Lombu, 2018). Rendahnya *self-management* dikarenakan pasien belum memiliki pengaturan diri dan ketaatan dalam menjalankan perawatan hemodialisa. Selain itu, pasien dalam penelitian ini memiliki lama hemodialisa yang belum relatif lama yaitu <1 tahun dimana semakin lama menjalani hemodialisa, maka akan semakin mudah untuk menyesuaikan diri serta mampu *memanagement* diri terhadap penyakitnya (Malinda et al., 2022).

Park dan Whittemore, (2016) mengatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *self management* pada pasien dengan penyakit kronis salah satunya adalah *psychological distress* seperti penerimaan diri, hal ini dikarenakan pasien yang memiliki penerimaan diri (*self acceptance*) yang kurang akan memiliki konflik batin dan rasa kendali diri atas kesehatannya yang buruk sehingga dapat menyebabkan stress. Munculnya stres karena adanya stressor yang dirasakan dan dipersepsikan individu merupakan suatu ancaman yang dapat menimbulkan kecemasan dimana pasien gagal ginjal kronik menjalani terapi hemodialisis 2-3 kali setiap minggunya dan menghabiskan waktu beberapa jam dimana akan membuat mereka mengalami ketegangan, kecemasan, stress serta depresi yang berbeda-beda setiap individunya (Rahayu et al., 2018).

Syahrizal (2020) Mengatakan bahwa orang yang baru menjalani hemodialisa akan mudah mengalami

stress akibat perubahan gaya hidup yang dialaminya. Semakin lama pasien menjalani proses hemodialisa akan semakin adaptif mekanisme coping dari pasien tersebut. Pasien yang sudah lama menderita gagal ginjal kronik memiliki banyak pengalaman dalam berbagai macam bentuk stressor, sehingga pasien mudah beradaptasi dengan kondisinya (Syahrizal et al., 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Li, Jiang dan Lan, (2014), *self management* dipengaruhi oleh dukungan sosial, dukungan keluarga dan dukungan fasilitas kesehatan, efikasidiri, depresi, dan stres (Li Jiang et al., 2014). Dimana hemodialisa menyebabkan dampak psikologis seperti stres yang dapat mempengaruhi tingkat ketergantungan pasien dalam menjalani pengobatan, sehingga secara negatif akan mempengaruhi kontrol diri dan akan berdampak secara tidak langsung terhadap pelaksanaan management diri pasien hemodialisa (Astuti et al., 2019).

Rasa khawatir atau kecemasan akan menyebabkan pasien mengalami stres sehingga menyebabkan kondisi fisik dan psikologis pasien semakin memburuk dan pasien tidak bisa mengarahkan, mengatur dan mengontrol tingkah lakunya. Sementara pasien yang memiliki kematangan emosi dan penalaran yang tinggi akan mampu mengelola stres pada dirinya dan akan lebih mudah untuk melakukan *self management* yang baik, dapat disimpulkan bahwa *self management* pasien hemodialisa dipengaruhi oleh tingkat stresnya (Nasution et al., 2013).



PENUTUP

Simpulan

1. Berdasarkan data *self management* dari 55 responden mayoritas memiliki *self management* tinggi yaitu 26 (47,3%), responden dengan *self management* sedang yaitu 24 (43,6), dan responden dengan *self management* rendah yaitu sebanyak 5 (9,1%).
2. Berdasarkan data tingkat stres diperoleh dari 55 responden, mayoritas memiliki stres ringan yaitu 28 (50,9%), responden dengan stres sedang yaitu 19 (34,5%), dan responden dengan stres berat yaitu sebanyak 8 (14,5%).
3. Berdasarkan data hubungan antara *self management* dengan tingkat stres didapatkan hasil adanya hubungan antara *self management* dengan tingkat stres pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. Didapatkan nilai *p-value* 0,001 yang artinya ada hubungan yang signifikan antara variabel *self management* dan stres dengan nilai rho -0,428 artinya korelasi negatif dengan kekuatan korelasialasi cukup kuat.

Saran

1. Bagi Pelayanan Kesehatan
Diharapkan, dapat dijadikan dasar dalam pengembangan intervensi keperawatan berupa pendidikan kesehatan pada pasien GGK yang menjalani hemodialisa terutama yang mengalami stres guna untuk meningkatkan *self-management* yang lebih baik lagi seperti memberikan psikoedukasi kepada keluarga mengenai pentingnya dukungan keluarga dalam menghadapi penyakitnya.
2. Bagi Institusi Pendidikan
Diharapkan, hasil penelitian ini dapat memberikan referensi terkait

mengelola *self management* dan tingkat stres pada pasien GGK yang menjalani hemodialisa, contohnya membentuk terapi aktivitas kelompok tujuannya agar dapat saling memberi dukungan, berbagi pengalaman, dan mendapat informasi seputar penyakit GGK dari sesama anggota kelompok.

3. Bagi peneliti selanjutnya
Diharapkan, peneliti selanjutnya dapat memberikan intervensi yang tepat dalam penanganan pasien GGK yang menjalani hemodialisa, dan menggunakan metode wawancara untuk menurunkan tingkat stres agar tetap membentuk *self management* yang baik, contohnya seperti edukasi *self management* pada pasien rawat inap dan rawat jalan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, S., & Fadila, Z. (2023). *Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik Dengan Dialisis Di Asia Tenggara: A Systematic Review*. 11(1), 77–84.
- Astuti, P., Herawati, T., & Kariasa, I. made. (2019). *Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Self Management pada Pasien Hemodialisis di Kota Bekasi*. Health Care Nursing Journal, 1(1), 1–12. <https://journal.umtas.ac.id/>
- Bayhakki, B., & Hasneli, Y. (2017). *Hubungan Lama Menjalani Hemodialisis dengan Inter-Dialytic Weight Gain (IDWG) pada Pasien Hemodialisis*. Jurnal Keperawatan Padjadjaran, 5(3).
- Damanik, C. (2018). *Self Management Behaviour Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa*. Jurnal Medika: Karya Ilmiah Kesehatan, 3(2), 11-18.



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
TELOGOREJO

KONFERENSI NASIONAL DAN CALL PAPER STIKES TELOGOREJO SEMARANG *Peningkatan Kualitas Hidup untuk Pasien Dengan Gangguan Neuromuskular*

- Dharmayanti, N. M. S., Widyanthari, D. M., & Saputra, I. K. (2022). *Hubungan Pengalaman Spiritualitas dengan Perilaku Self Management pada Pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Gianyar I*. *Jurnal Perawat Indonesia*, 6(1), 924-931.
- Dinas Kesehatan Jawa Tengah. (2018). *Laporan Provinsi Jawa Tengah Riskedas*. <https://dinkesjatengprov.go.id/v2018/storage/2019/12/cetak-laporan-riskedas-jateng-2018-acc-pimred.pdf>. diakses pada 08 Maret 2021
- Devi, S., & Rahman, S. (2022). *Hubungan Lama Menjalani Terapi Hemodialisis dengan Kualitas Hidup Pasien Penyakit Ginjal Kronik di Rumah Sakit Khusus Ginjal Rasyida*. *Jurnal Ilmiah Kohesi*, 6(1), 61-67.
- Fauziah, Wahyono, D., & Budiarti, L. E. (2015). *Cost of Illness Dari Chronic Kidney Disease dengan Tindakan Hemodialisis*. *Jurnal Manajemen dan Pelayanan Farmasi*, 5(3), 149-158.
- Hidayati, R. (2018). *Analisis Faktor Yang Menyebabkan Rawat Inap Berulang Pada Pasien Hemodialisis*. *Journal Scientific Solutem*, 1(1), 15-23. <https://journal.akperbinainsan.ac.id/index.php/jss/article/view/4>
- Husain, F., Kusuma, H., & Johan, A. (2020). *Effects of peer support program on self-management in patients with end-stage renal disease undergoing hemodialysis*. *Nurse Media Journal of Nursing*, 10(2), 171-181. <https://doi.org/10.14710/nmjn.v10i2.26502>
- Li, Hui., Jiang, Ya-fang., Lin, Chiu-Chu., (2014). *Factors associated with self-management by people undergoing hemodialysis: A descriptive study*. *International Journal of Nursing Studies*, 51, 208-216. <http://dx.doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2013.05.012>
- Malinda, H., Sandra, S., & Rasyid, T. A. (2022). *Hubungan Penerimaan Diri Terhadap Self Management Menjalani Hemodialisis*. 6, 209-221
- Nasution, T. H., Ropi, H., & Sitorus, R. E. (2013). *"Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Manajemen Diri Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisis Di Ruang Hemodialisis Rsup Dr Hasan Sadikin Bandung"*. *Journal of Nursing Science Update (JNSU)*, 1(2), 162-168.
- National Kidney Foundation. 2015. *About Chronic Kidney Disease*. Diakses dari <https://www.kidney.org/kidneydisease/aboutckd>. Diunduh pada 29 Oktober 2016.
- Novianti, V. (2017). *Hubungan Spiritual Intelligence Dan Self-Care Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa Di Rsud Panembahan Senopati Bantul Yogyakarta* (Doctoral dissertation, Universitas Alma Ata)
- Nursia Aja, Tuharea, R., & Kurniawan., D. (2018). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Dan Diabetes Self-Management Dengan Tingkat Stres Pasien Diabetes Melitus Yang*



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
TELOGOREJO

KONFERENSI NASIONAL DAN CALL PAPER STIKES TELOGOREJO SEMARANG *Peningkatan Kualitas Hidup untuk Pasien Dengan Gangguan Neuromuskular*

- Menjalani Diet Di Puskesmas Gorua Kecamatan Tobelo Kabupaten Halmahera Utara. Epidemiologi, 35, 1–10. <http://www.jurnal.umm.ac.id/index.php/serambisehat/article/view/630/411>*
- Oktaviana, N., Verawati, J., Putra, D., Helpin, H., & Onangego, O. (2019). *Hubungan Frekuensi Hemodialisis Dengan Tingkat Stres Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis Di Rumah Sakit Royal Prima Medan Tahun 2019*. *Jurnal Ilmiah Panmed (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwivery, Environment, Dentist)*, 13(3), 182–189. <https://doi.org/10.36911/panmed.v13i3.588>
- Rahayu, F., Fernandoz, T., & Ramlis, R. (2018). *Hubungan Frekuensi Hemodialisis dengan Tingkat Stres pada Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis*. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 1(2), 139–153. <https://doi.org/10.31539/jks.v1i2.7>
- Ridha Hidayat, H. H. (2019). *Pengaruh Pelaksanaan SOP Perawat Pelaksana Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Di Rawat Inap RSUD Banking*. *Ners*, 3(2), 1–23.
- Riskesdas. (2018). *Laporan Nasional RISKESDAS 2018*. Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB)
- Safitri, N. M., Jona, R. N., & Rachma, F. A., (2021). *Hubungan Self Management Terhadap Tingkat Stres Pada Pasien Chronic Kidney Disease (CKD) Yang Menjalani Hemodialisa*. *Riset Keperawatan*. S1 Keperawatan. STIKES Telogorejo Semarang.
- Safriyana, Endah Dwi. (2018). *Pengaruh Media Booklet Terhadap Nilai IDWG pada Pasien GGK yang Menjalani Hemodialisa di RSUD Kelet Jepara*.
- Saraswati, N. L. G. I., Lestari, N. K. Y., & Putri, K. A. (2022). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis*. *Malahayati Nursing Journal*, 4(5), 1242–1249. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i5.6598>
- Schulman-Green, D., Jaser, S. S., Park, C., & Whitemore, R. (2016). *A metasynthesis of factors affecting self-management of chronic illness*. *Journal of advanced nursing*, 72(7), 1469–1489.
- Simanjuntak, E. Y. B., & Lombu, T. K. (2018). *Self Management Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisa*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Lingkungan Hidup*, 4002, 1–9. http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/Kesehatan_Masyarakat
- 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.
<http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- Sompie, E. M., D Kaunang, T. M., & Munayang, H. (2015). *Hubungan Antara Lama Menjalani Hemodialisis Dengan Depresi Pada Pasien Dengan Penyakit Ginjal*. *Jurnal e-Clinic (eCl)*, 3(1), 3–7.
- Suratih, K., Nur, Z., & Suharyati, A. (2019). *Hubungan Motivasi Dan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stres Pada Pasien Gagal Ginjal Di RSUD Pandan Arang Boyolali*. *Indonesian Journal On Medical Science*, 6(2), 25–31.
<http://ejournal.ijmsbm.org/index.php/ijms/article/download/182/180>
- Syahrizal, T., Dendy Kharisna, & Putri, V. D. (2020). *Analisis Tingkat Stres Pada Pasien Hemodialisa Di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau Di Masa Pandemi COVID-19*. *Health Care : Jurnal Kesehatan*, 9(2), 61–67.
<https://doi.org/10.36763/healthcare.v9i2.84>
- Togatorop, Y. I., & Arto, N. S. (2022). *Gambaran Indeks Eritrosit pada Pasien Penyakit Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis di RSUP H. Adam Malik Medan*. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 11(1), 45.
<https://doi.org/10.25077/jka.v11i1.1899>
- Wahyuni, P., Miro, S., & Kurniawan, E. (2018). *Artikel Penelitian Hubungan Lama Menjalani Hemodialisis dengan Kualitas Hidup Pasien Penyakit Ginjal Kronik dengan Diabetes Melitus*. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 7(4), 480–485
- Werdani, Y. D. W. (2020). *Pengaruh Tingkat Stres Terhadap Mekanisme Koping Pasien Kanker Berbasis Manajemen Terapi Kanker*. *Care: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 8(3),
- Widiana, I. G. R., Kandarini, Y., Suardana, I. K., & Suka, N. (2017). *Terapi Dialisis*, Buku pegangan untuk dokter dan perawat dialisis.