Jurnal Peduli Masyarakat

Volume 6 Nomor 4, Desember 2024
e-ISSN 2721-9747; p-ISSN 2715-6524
http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM

SELF-EMPOWERMENT BERBASIS EDUKASI SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP PENDERITA DENGAN HEMODIALISIS

Lono Wijayanti*, Sulistyorini, Erika Martining Wardani, Yurike Septianingrum, Siti Damawiyah
Departemen Keperawatan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Jalan SMEA No 57 Surabaya, Jawa Timur 60243, Indonesia
*lono@unusa.ac.id

ABSTRAK

Berbagai masalah mempengaruhi berbagai aspek kehidupan pada penderita yang menjalani hemodialisis. Ketidaktahuan masyarakat tentang perawatan mandiri meliputi pembatasan asupan cairan, diet nutrisi yang dianjurkan dan mengikuti petunjuk pengobatan yang telah diberikan akan berdampak pada kualitas hidupnya. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan dalam upaya perawatan mandiri dalam meningkatkan kualitas hidup pada penderita yang menjalani hemodialisis. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah memberikan pendidikan kesehatan kepada penderita dan keluarga tentang tentang pentingnya mematuhi protap yang telah diberikan seperti melaksanakan cuci darah sesuai jadwal yang diberikan, membatasi asupan cairan, diet nutrisi yang dianjurkan, melakukan olahraga sesuai yang dianjurkan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan selama satu minggu, diikuti oleh pasien yang menjalani hemodialisis berjumlah 60 orang. Sebelum dan sesudah penyuluhan, diadakan pre-test dan post-test untuk menilai apakah ada perubahan dalam pengetahuan mengenai upaya perawatan mandiri dalam meningkatkan kualitas hidup. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukan adanya peningkatan pengetahuan tentang upaya perawatan mandiri dan mereka mengerti bahwa pentingnya perawatan mandiri agar kualitas hidup meningkat dan terhindar dari komplikasi.

Kata kunci: dialisis ginjal; kualitas hidup; perawatan diri

EDUCATION-BASED SELF-EMPOWERMENT AS AN EFFORT TO IMPROVE THE QUALITY OF LIFE OF PATIENTS WITH HEMODIALYSIS

ABSTRACT

Various problems affect various aspects of life in patients undergoing hemodialysis. Public ignorance about self-care includes limiting fluid intake, a recommended nutritional diet and following the instructions of the treatment that has been given will have an impact on their quality of life. The purpose of this community service activity is to increase knowledge in self-care efforts in improving the quality of life in patients undergoing hemodialysis. The method used in this activity is to provide health education to patients and families about the importance of complying with the protaps that have been given such as carrying out dialysis according to the given schedule, limiting fluid intake, recommended nutritional diet, doing exercise as recommended. This community service activity was carried out for one week, attended by 60 patients undergoing hemodialysis. Before and after counseling, a pre-test and post-test were held to assess whether there were changes in knowledge regarding self-care efforts in improving quality of life. The results of this community service activity showed an increase in knowledge about self-care efforts and they understood that the importance of self-care to improve quality of life and avoid complications.

Keywords: renal dialysis; quality of life; self-care

PENDAHULUAN

Penyakit Ginjal Kronik pada tahap akhir tidak bisa disembuhkan dengan obat saja, pasien bisa bertahan hidup dengan mendapatkan terapi pengganti ginjal seperti hemodialisis (Lutfbis et al., 2021). Berbagai masalah mempengaruhi berbagai aspek kehidupan pada pasien yang menjalani hemodialisis. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pasien yang menjalani hemodialisis memiliki kualitas hidup yang lebih rendah dibandingkan dengan individu normal lainnya di masyarakat (Park & Yoo, 2016). Kualitas hidup penderita yang menjalani hemodialisa semakin rendah karena tidak hanya menghadapi masalah kesehatan yang terkait dengan penyakitnya melainkan juga karena terapi yang berlangsung seumur hidup yang dapat menghilangkan semangat hidup sehingga mempengaruhi keadaan fisik maupun psikologis.Masalah umum yang banyak dialami oleh penderita penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis adalah perilaku dalam mengontrol cairan, ketidakpatuhan menjalani det nutrisi, kurangnya akitivitas sehingga banyak pasien hemodialisis yang mengeluh sesak nafas, mudah capek dan kaki bengkak karena kelebihan cairan. Pengontrolan cairan dan diet nutrisi merupakan hal yang sangat kurang dipatuhi dalam menajemen diri pasien hemodialisis, hal ini akan mempengaruhi kualitas hidup. Hasil wawancara di ruang hemodialisis, pada 5 orang penderita penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis, 3 orang mengatakan sulit membatasi asupan cairan karena tidak bisa menahan haus, 2 orang lainnya mengatakan belum tahu apa dampaknya apabila tidak patuh terhadap pembatasan asupan cairan.

Penderita dengan penyakit ginjal kronik harus menjalani hemodialisis dalam waktu jangka panjang. Frekuensi terapi hemodialisa rata-rata 2-3 kali dalam seminggu tergantung banyaknya fungsi ginjal yang tersisa dan dilakukan selama 3-4 jam setiap tindakan. Masalah lain pada penderita yang menjalani hemodialisis yaitu seperti masalah finansial, kesulitan untuk mempertahankan pekerjaan, depresi, dan ketakutan terhadap kematian. Pada kondisi tersebut penderita akan merasakan kehilangan kebebasan karena hidupnya tergantung dengan alat dialisis sehingga mempengaruhi kualitas hidup pasien (Mait et al., 2021).Menurut Report Of Indonesian Renal Registry 2018, Indonesia mengalami peningkatan pada pasien yang menjalani hemodialisis pada setiap tahunnya, tercatat sebanyak 66.433 pasien baru dan 132.242 pasien aktif dengan angka kematian mencapai 6.898 pasien pada tahun 2018. Dan di provinsi Jawa Timur proporsi hemodialisis umur> 15 tahun dengan gagal ginjal yaitu sebesar 23,14% (Kemenkes 2018). Indonesia mengalami peningkatan pada pasien yang menjalani hemodialisa pada setiap tahunnya, tercatat sebanyak 66.433 pasien baru dan 132.242 pasien aktif dengan angka kematian mencapai 6.898 pasien pada tahun 2018. Data Dinas Kesehatan Surabaya pada tahun 2022 menunjukkan jumlah penderita PGK di Surabaya mencapai 4.735 orang dengan jumlah yang menjalani terapi hemodialisis sebesar. Berdasarkan data rekam medis pasien yang menjalani hemodialisa tahun 2022 di RSI Jemursari sebanyak 150 pasien.

Penderita yang menjalani hemodialisis akan mengalami penurunan kualitas hidup karena sudah pasrah dengan keadaan penyakitnya yaitu dengan kondisi fisik merasa kelelahan, kesakitan, gelisah, dan tidak memiliki motivasi untuk sembuh (Suwanti et al., 2017). Tindakan terapi Hemodialisis sangat mempengaruhi kualitas hidup pasien, Pasien akan mengalami berbagai macam dampak seperti kram otot, mual dan muntah, tekanan darah yang menurun, aktivitas pasien juga terbatas dikarenakan pasien harus menjalani rutin terapi hemodialisa setiap minggunya serta mengalami penurunan kondisi fisik, dan psikososial dari waktu ke waktu. Hal tersebut dapat menyebabkan menurunnya kualitas hidup pada penderita (Dewi & Hendrati, 2022). Kualitas hidup pasien yang baik didapatkan karena pasien menjaga kesehatan yaitu

dengan merubah pola dan gaya hidupnya menjadi lebih sehat, menerima penyakit yang dideritanya sehingga tidak terlalu berdampak pada fisik dan psikologis (Siwi, 2021; Fadlalmola & Elkareem, 2020; Ok & Kutlu, 2021). Dalam meningkatkan kualitas hidup pasien diperlukan pendekatan secara menyeluruh baik dalam dukungan dari tenaga medis, keluarga, sosial dan dari kepatuhan pasien sendiri. Maka diharapkan anggota keluarga yang mendampingi pasien memiliki peran aktif dalam memberikan dukungan dan memotivasi pasien selama menjalani terapi hemodialisa. Serta perawat mempunyai peran penting sebagai pemberi edukasi dalam membantu pasien mencapai kualitas hidup yang lebih baik lagi.

Maka dari itu, sangat penting melakukan tindakan-tindakan preventif dan promotif untuk menghindari terjadinya komplikasi pada penderita penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidup pada penderita dengan penyakit ginjal kronik adalah dengan meningkatkan pengetahuan pada penderita dan keluarga tentang perawatan mandiri meliputi mematuhi protap yang telah diberikan seperti melaksanakan cuci darah sesuai jadwal yang diberikan, membatasi asupan cairan, diet nutrisi yang dianjurkan, melakukan olahraga sesuai yang dianjurkan. Edukasi berperan penting agar bisa meningkatkan pengetahuan (Aini et al., 2022; M. Bahadori, Ghavidel et al., 2014). Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk mengedukasi pasien terhadap perawatan mandiri sebagai upaya dalam meningkatkan kualitas hidup pada penderita yang menjalani hemodialisis di Rumah Sakit Islam Surabaya Jemursari.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah pendekatan partisipatif dengan penjelasan sebagai berikut:

1. Setting
   Kegiatan ini dilaksanakan di ruang hemodialisis Rumah Sakit Islam Surabaya Jemursari. Dilaksanakan pada tanggal 29 Mei – 9 Juni 2024.
2. Peserta
   Peserta dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah pasien yang menjalani hemodialisis sebanyak 60 orang
3. Pelaksanaan
   1) Memberikan pendidikan kesehatan tentang tentang upaya mandiri dalam meningkatkan kualitas hidup meliputi mematuhi protap yang telah diberikan seperti melaksanakan cuci darah sesuai jadwal yang diberikan, membatasi asupan cairan, diet nutrisi yang dianjurkan, melakukan olahraga sesuai yang dianjurkan.
   2) Melakukan penimbangan berat badan dan pemeriksaan tekanan darah sebagai upaya observasi dan salah satu deteksi dini resiko terjadinya komplikasi.
4. Monitoring dan Evaluasi
   Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test yang diberikan sebelum dan sesudah kegiatan pendidikan kesehatan melalui kuesioner berbasis kertas.
5. Partisipasi mitra dalam pelaksanaan program
   Mitra berperan dalam menyediakan fasilitas untuk pelaksanaan kegiatan ini di Ruang Hemodialisis Rumah Sakit Islam Surabaya Jemursari

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema "*Self-Empowerment* Berbasis Edukasi Sebagai Upaya Dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Penderita Yang Menjalani Hemodialisis" sebagai

upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan kualitas hidup pasien yang menjalani hemodialisis telah dilaksanakan di ruang hemodialisisis Rumah Sakit Islam Surabaya Jemursari.





Kegiatan yang dilaksanakan disambut dengan antusias oleh pasien yang menjalani hemodialisa dengan jumlah partisipasi 60 pasien yang ikut. Rata-rata kehadiran peserta 99%, dan telah mencapai target minimal kehadiran. Adapun karakteristik peserta yang mengikuti sosialisasi dijabarkan pada tabel 1.

Tabel 1.
Karakteristik Responden

Karakteristik	f	%
Usia (Tahun)		
17-25	2	3,3
26-35	3	5
36-45	18	30
46-55	11	18,3
56-65	19	31,7
> 65	7	11,7
Jenis Kelamin		
Perempuan	21	35
Laki-laki	39	65
Pendidikan		
Dasar (SD-SMP)	9	15
Menengah (SMA)	35	58,3
Atas(PT/D-III)	16	26,7
Pekerjaan		
Tidakbekerja/IRT	19	31,7
PNS/Karyawan swasta	18	30
Petani/Buruh/Pedagang	10	16,7
Wiraswasta	13	21,6
Lama menjalani HD (Bulan)		
< 12	7	11,7
12-24	18	30
>24-48	23	38,3
>48-96	11	18,3
>96	1	1,7

Berdasarkan tabel 1. dapat diketahui bahwa peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat hampir setengahnya (31,7%) berada pada usia 56-65 tahun yang termasuk dalam kategori lansia akhir, sebagian besar (58.3%) pendidikan menengah, dan hampir setengahnya (31,7%) tidak bekerja dan sebagian besar (65%) berjenis kelamin laki-laki, hampir setengahnya (38,3%) lama menjalani hemodialisa dengan rentang waktu >24-48 bulan, berdasarkan hasil wawancara rata-rata pasien sulit untuk mematuhi pembatasan cairan, karena cuaca panas sehingga merasa sering haus. Kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan tentang penatalaksanaan diet nutrisi dan pembatasan cairan sebagai upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan

kualitas hidup, selain penyuluhan juga dilakukan pemeriksaan timbang berat badan dan tekanan darah. Hasil sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan ditunjukan pada tabel 2

Tabel 2.
Pre Test dan *Post Test* Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan	*Pre-test*		*Post-test*	
	f	%	f	%
Baik	4	6,7	56	93,3
Cukup	10	16,6	4	6,7
Kurang	46	76,7	0	0

Terjadi peningkatan pengetahuan pasien tentang diet nutrisi dan pembatasan cairan sebagai upaya meningkatkan kualitas hidup setelah diberikan edukasi, sebelum diberikan edukasi sebagian besar (76,7%) kurang, sebagian kecil (16,6%) pengetahuan cukup, dan hanya 6,7% yang mempunyai pengetahuan baik menjadi hampir seluruhnya (93.3%) pengetahuan baik. Seluruh peserta mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dengan antusias, karena didukung oleh manajemen pelatihan yang baik dan narasumber yang professional. Hal ini sesuai dengan pernyataan (Chaghari et al., 2017) yang menyatakan bahwa keberhasilan dari pelatihan utamanya ditentukan oleh manajemen pelatihan.

Tingkat pengetahuan memungkinkan seseorang dapat lebih baik dalam menghadapi perubahan kondisi kesehatan. Semakin tinggi pengetahuan seorang penderita, maka semakin cepat pula mereka bereaksi terhadap perubahan status kesehatannya. Dengan cara ini, pasien bisa lebih cepat beradaptasi dan mengikuti setiap perubahan yang terjadi dalam hidupnya (Notoatmodjo, 2012). Pasien dengan pengetahuan yang lebih komprehensif akan memiliki kontrol yang lebih baik, lebih percaya diri, lebih banyak pengalaman, dan pola pikir yang tepat untuk menghadapi setiap masalah yang mereka hadapi, lebih cepat untuk mengerti terhadap apa yang dianjurkan oleh petugas kesehatan, dan bisa mengurangi rasa cemas (Agussalim & Muflihatin, 2021).

Antusiasme pasien yang menjalani hemodialisis di Rumah Sakit Islam Surabaya Jemursari sangat tinggi tentang penatalaksanaan diet nutrisi dan pembatasan cairan sebagai upaya dalam meningkatkan kualitas hidup. Hal ini dibuktikan dengan respon keingintahuan para peserta melalui pertanyaan-pertanyaan yang diajukan. Tidak hanya bertanya, mereka para pasien dan keluarga juga memperhatikan dengan mencatat semua penjelasan yang diberikankan oleh tim penyeluh. Pengetahuan pada tiap individu berbeda-beda. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu obyek tertentu. Pengetahuan dan kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (Notoatmodjo, 2020).

Pengetahuan dapat menjadi tolak ukur pengambilan keputusan terhadap tindakan yang dilakukan seseorang atau tindakan yang direkomendasikan untuk diri sendiri. Pengetahuan tentang hemodialisis penting bagi pasien penyakit ginjal kronis. Sebab ilmu itu erat kaitannya dengan sikap yang diambil seseorang, dan siapa yang mempunyai ilmu itu mempunyai landasan dalam menentukan tindakan (Kurniawati & Asikin, 2018;Wijayanti et al., 2023). Pengetahuan dapat ditingkatkan dengan memberikan pendidikan kesehatan. Namun, pendidikan kesehatan ini dipengaruhi beberapa faktor yang berasal dari responden. Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan didapatkan bahwa pemahaman masing-masing peserta berbeda-beda disebabkan tingkat pendidikan yang bervariasi dan Pemberian edukasi tidak bisa dilakukan serentak secara

bersamaan, namun pelaksanaan menyesuaikan jadwal pasien dalam melaksanakan terapi hemodialisis.

SIMPULAN

Perilaku hidup sehat belum sepenuhnya diterapkan penderita yang menjalani hemodialisis, antara lain belum sepenuhnya membatasi asupan cairan dan kurang patuh terhadap diet nutrisi. Proses pengobatan hemodialisis memerlukan waktu jangka panjang, penderita perlu mengubah gaya hidup mereka, agar dapat mengatasi dan mengelola penyakit mereka dengan lebih baik. Program pelatihan yang tepat mengenai penyakit, metode perawatan dan kasus yang harus dipatuhi oleh penderita (perawatan diri) akan meningkatkan fungsi fisik dan kesehatan umum serta status emosional, psikologis dan sosial pasien

DAFTAR PUSTAKA

Agussalim, A. M., & Muflihatin, S. K. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Menggunakan Metode Literatur Review. Pesquisa Veterinaria Brasileira, 26(2), 173–180. http://poltekkes.aplikasi-akademik.com/xmlui/handle/123456789/4534

Aini, K. Z., Harjono, Y., & Nugrohowati, N. (2022). The Relationship Between Knowledge and Medication Adherence on the Quality of Life Among Patients with Hypertension. 280–291.

Chaghari, M., Saffari, M., Ebadi, A., & Ameryoun, A. (2017). Empowering Education: A New Model for In-service Training of Nursing Staff. Journal of Advances in Medical Education & Professionalism, 5(1), 26–32.

Dewi, L. N., & Hendrati, L. Y. (2022). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Depresi Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisis. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 13, 313–325.

Fadlalmola, H. A., & Elkareem, E. M. A. (2020). Impact of an educational program on knowledge and quality of life among hemodialysis patients in Khartoum state. International Journal of Africa Nursing Sciences, 12, 100205.

Kurniawati, A., & Asikin, A. (2018). Gambaran Tingkat Pengetahuan Penyakit Ginjal Dan Terapi Diet Ginjal Dan Kualitas Hidup Pasien Hemodialisis Di Rumkital Dr. Ramelan Surabaya. Amerta Nutrition, 2(2), 125. https://doi.org/10.20473/amnt.v2i2.2018.125-135

Lutfbis, A. A., Edmaningsih, Y., & Pratiwi, A. (2021). Tingkat Depresi Dengan Kualitas Hidup Pasien Chronic Kidney Disease (Ckd) Yang Menjalani. Jurnal Kesehatan, 10(2), 67–74. https://doi.org/10.37048/kesehatan.v11i1.427.

M. Bahadori, Ghavidel, F., Mohammadzadeh, S., & Ravangard, R. (2014). The effects of an interventional program based on self-care model on health-related quality of life outcomes in hemodialysis patients. Journal of Education and Health Promotion, 3(1), 110. https://doi.org/10.4103/2277-9531.145899

Mait, G., Nurmansyah, M., & Bidjuni, H. (2021). Gambaran Adaptasi Fisiologis Dan Psikologis Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisis Di Kota Manado. Jurnal Keperawatan, 9(2), 1. https://doi.org/10.35790/jkp.v9i2.36775

Notoatmodjo. (2020). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan.

Ok, E., & Kutlu, Y. (2021). The Effect of Motivational Interviewing on Adherence to Treatment and Quality of Life in Chronic Hemodialysis Patients: A Randomized Controlled Trial. Clinical Nursing Research, 30(3), 322–333. https://doi.org/10.1177/1054773820974158

Park, G. Y., & Yoo, E. K. (2016). A study on quality of life in hemodialysis patients. Information (Japan), 19(11), 5607–5612. https://doi.org/10.5455/msm.2015.27.305-309

Siwi, A. S. (2021). Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Terapi Hemodialisa. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu, 9(2), 1–9. https://doi.org/10.36085/jkmb.v9i2.1711

Suwanti, Taufikurrahman, Rosyidi, M. I., & Wakhid, A. (2017). Gambaran Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Terapi Hemodialisa. Jurnal Keperawatan, 5(2), 107–114.

Wijayanti, L., Sulistyorini, Darmawiyah, S., Setiyaningrum, Y., & Hasina, S. N. (2023). Pemberdayaan kader kesehatan dalam deteksi dini dan edukasi pencegahan penyakit ginjal kronik. 4(4), 1–23.