



**PENGARUH PSIKOEDUKASI TERHADAP RESILIENSI DAN KUALITAS HIDUP PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK: KAJIAN LITERATUR**

**Edison Supriyadi\*, Ni Luh Widani**

Program Studi Magister Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sint Carolus, Jl. Salemba Raya No.41, Paseban, Pasar Senen, Jakarta Pusat, Jakarta 10440, Indonesia

[\\*edisupriadi191975@gmail.com](mailto:*edisupriadi191975@gmail.com)

**ABSTRAK**

Gagal ginjal kronik merupakan salah satu masalah kesehatan penting di dunia. Penyakit ini menjadi sumber penderitaan dan kematian pada abad ke-21. Penyakit ini merupakan penyakit kronik yang memiliki berbagai komplikasi. Tatalaksana tahap akhir yang dilakukan adalah terapi hemodialisis. Terapi ini dilakukan seumur hidup pasien. Masalah yang dapat timbul jikalau tidak ditangani dengan baik adalah penurunan resiliensi dan kualitas hidup pasien. Psikoedukasi sebagai salah satu intervensi non farmakologis, dapat dilakukan untuk meningkatkan resiliensi dan kualitas hidup pasien. Desain penelitian ini menggunakan metode literature review melalui databes jurnal seperti PubMed dan Google scholar. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian literatur yaitu “psychoeducation and resilience”, “psychoeducation and chonic kidney disease”, “psychoeducation and quality of life”, “resilience and chronic kidney disease”, “quality of life and chronic kidney disease”. Adapaun kriteria inklusi yang ditetapkan yaitu batas maksimal publikasi artikel penelitian dalam kurun 10 tahun terakhir. Peneliti membuat rangkuman hasil penelitian untuk dilakukan interpretasi dan analisis. Psikoedukasi dapat meningkatkan resiliensi dan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik. Hal ini karena psikoedukasi dapat mengembangkan dan meningkatkan penerimaan pasien terhadap penyakit yang dideritanya, meningkatkan partisipasi pasien dalam terapi, dan meningkatkan kesiapan pasien dalam menghadapi masalah sehubungan dengan penyakitnya.

Kata kunci: gagal ginjal kronik; kualitas hidup; resiliensi; psikoedukasi

***THE EFFECT OF PSYCHOEDUCATION ON RESILIENCE AND QUALITY OF LIFE IN CHRONIC RENAL FAILURE PATIENTS: LITERATURE REVIEW***

**ABSTRACT**

*Chronic kidney failure is an important health problem in the world. This disease has become a source of suffering and death in the 21st century. This disease is a chronic disease that has various complications. The final stage of treatment carried out is hemodialysis therapy. This therapy is carried out throughout the patient's life. Problems that can arise if not handled properly are a decrease in the patient's resilience and quality of life. Psychoeducation, as a non-pharmacological intervention, can be carried out to increase patient resilience and quality of life. This research design uses a literature review method through journal databases such as PubMed and Google Scholar. Key words used in the literature search were "psychoeducation and resilience", "psychoeducation and chonic kidney disease", "psychoeducation and quality of life", "resilience and chronic kidney disease", "quality of life and chronic kidney disease". The inclusion criteria set are the maximum limit for publication of research articles within the last 10 years. Researchers summarize the research results for interpretation and analysis. Psychoeducation can improve the resilience and quality of life of chronic kidney failure patients. This is because psychoeducation can develop and increase patient acceptance of the illness they suffer from, increase patient participation in therapy, and increase patient readiness in facing problems related to their illness.*

*Keywords: chronic kidney failure; psychoeducation; quality of life; resilience*

## PENDAHULUAN

Gagal ginjal merupakan keadaan klinis ditandai penurunan fungsi ginjal yang ireversibel, yang memerlukan dialisis atau tranplantasi ginjal. Sedangkan penyakit ginjal kronik merupakan proses patofisiologis dengan etiologi yang beragam, mengakibatkan penurunan fungsi ginjal yang progresif dan pada umumnya berakhir dengan gagal ginjal (Setiati et al., 2016). Penyakit ini menjadi salah satu penyebab kematian dan penderitaan pada abad ke-21. Sebagian karena meningkatnya faktor resiko seperti obesitas dan diabetes melitus. Oleh karena itu jumlah pasien gagal ginjal kronis (GGK) juga meningkat, terdapat sekitar 843, 6 juta orang di seluruh dunia pada tahun 2017 yang mengalami gagal ginjal kronis atau GGK (Kovesdy, 2022).

Menurut *Centers for Disease Control* (CDC) pada tahun 2016 sekitar 15 % orang dewasa Amerika serikat 726.331 ( 37 juta orang ) di perkirakan memiliki penyakit GGK yang di sebabkan oleh 38% akibat DM dan 26% akibat hipertensi (Widani, 2022). Data Riskesdas 2013 mendapatkan sebanyak 2/1000 penduduk atau 499.800 penduduk Indonesia menderita penyakit gagal ginjal. Sedangkan berdasarkan data riskesdas 2018 diketahui bahwa prevalensi penyakit ginjal kronis sebesar 3/1000 penduduk dengan presentase pada laki-laki (0,3%) lebih besar daripada perempuan (0,2%) (Kemenkes RI, 2018). Sementara itu, berdasarkan laporan menunjukkan bahwa jumlah pasien baru terdaftar sedang menjalani hemodialisa tahun 2013 adalah sebanyak 15.128 meningkat ditahun 2014 menjadi 17.193 (Inayati et al., 2021).

Penderita GGK yang menjalani hemodialisis akan mengalami perubahan fisik, psikologis dan psikososial. Masalah psikososial umumnya perubahan bentuk tubuh, ketergantungan teknologi, serta tidak pasti pada masa depan (Inayati et al., 2021). Permasalahan penderita gagal ginjal yang hemodialisis dapat mempengaruhi kualitas hidup baik pasien maupun keluarga. Kualitas hidup penderita GGK yang hemodialisis dapat dipengaruhi oleh transplantasi, dukungan sosial-keluarga, terapi eritropoietin, pandangan positif terhadap kehidupan, kemampuan fungsional. Upaya untuk meningkatkan resiliensi dan kualitas hidup yang optimal adalah dengan melibatkan tenaga kesehatan dan anggota keluarga untuk memberikan dukungan (Inayati et al., 2021). Psikoedukasi merupakan pendidikan kesehatan yang diberikan kepada pasien dengan gangguan fisik seperti kanker, gagal ginjal, diabetes melitus, hipertensi. Sedangkan gangguan psikologis seperti kecemasan, depresi dan skizofrenia. Terapi psikoedukasi dapat dilakukan dengan pemberian informasi dengan booklet, leaflet, email atau website dan juga berupa konseling atau pendidikan kesehatan baik secara individu maupun kelompok (Purwanti, 2018).

Resiliensi merupakan proses yang mungkin bagi individu beradaptasi dengan kondisinya baik kondisi buruk atau pulih dari kondisinya untuk mencapai hidup berkualitas. Resiliensi dapat membantu pasien beradaptasi terhadap pengaruh buruk stresor dan meningkatkan imunitas (Widani, 2022). Individu membutuhkan resiliensi untuk melewati tantangan atau kesulitan. Resiliensi merupakan kunci keberhasilan individu saat bekerja dan kepuasan dalam hidupnya. Ketika individu memiliki resiliensi dalam dirinya maka hal tersebut akan berdampak pada kesehatan fisik, mental dan kualitas dalam hubungannya (Pradnyaswari & Rustika, 2020). Resiliensi berperan penting dalam kehidupan penderita gagal ginjal. Penanganan penyakit kronis saat ini berfokus pada pasien. Tim medis menganggap pasien adalah orang yang paling memahami kondisinya yang relevan untuk membantu proses penyembuhan pasien. Pasien ikut aktif berperan dalam usaha meningkatkan kesehatannya dimana pasien bekerjasama dengan petugas kesehatan untuk menentukan intervensi yang tepat (Pradnyaswari & Rustika, 2020). Penyakit ginjal kronis yang telah memasuki stadium lima atau penyakit ginjal tahap akhir memerlukan terapi pengganti ginjal, seperti hemodialisis, dialisis peritoneal dan

transplantasi ginjal. Terapi yang sering digunakan di Indonesia adalah hemodialisa atau terapi pengganti ginjal karena berfungsi menggantikan sebagian fungsi ginjal (Pradnyaswari & Rustika, 2020). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh psikoedukasi terhadap resiliensi dan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa.

## METODE

Desain penelitian ini menggunakan metode literature review melalui databes jurnal seperti PubMed dan Google scholar. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian literatur yaitu *“psychoeducation and resilience”*, *“psychoeducation and chonic kidney disease”*, *“psychoeducation and quality of life”*, *“resilience and chronic kidney disease”*, *“quality of life and chronic kidney disease”*. Adapun kriteria inklusi yang ditetapkan yaitu batas maksimal publikasi artikel penelitian dalam kurun 10 tahun terakhir, menemukan 17 artikel dan 11 artikel yang memenuhi syarat. Penulis membuat rangkuman hasil penelitian yang selanjutnya dilakukan analisis dan interpretasi.

## HASIL

Setelah dilakukan penelusuran dengan kata kunci psikoedukasi, resiliensi, kualitas hidup, dan gagal ginjal kronik didapatkan 11 artikel terpilih yang sudah dianalisis dan ditinjau kembali, berikut ringkasana artikel terkait dengan topik pengaruh psikoedukais terhadap resiliensi dan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik.

Tabel 1.  
Hasil Penelitian

Judul/Tahun	Peneliti	Hasil
Pengaruh psikoedukasi terhadap tingkat kualitas hidup pada klien gagal ginjal kronik di RSUD Tugu rejo semarang, 2019	Gilang Tri Wijaningrum, Supriyadi, nina, indriawati	Setelah di lakukan intervensi terjadi peningkatan skor tingkat kualitas hidup menjadi kategori cukup dan baik sehingga dapat membuktikan bahwa psikoedukasi dapat meningkatkan tingkat kualitas hidup pada klien gagal ginjal kronik
Peran dukungan social dan efikasi diri terhadap resiliensi pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa di bali, 2019	Luh Bella Pradnyaswari dan I Made Rustika,	Dukungan social dan efikasi diri berperan meningkatkan taraf resiliensi pasien gagal ginjal kronik yang sedang menjalani terapi hemodialisa.
Dukungan keluarga dengan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di RSUD Ahmad Yani Metro, 2019.	Anik Inayati, Uswatun Hasanah, Sri Maryuni	Peran dukungan keluarga terbukti berhubungan dengan kualita hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialiasa.
Program Psikoedukasi terhadap peningkatan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik, 2017.	Pujiani, Masruroh	Psikoedukasi meningkatkan kualitas hidup pasien GGK.
Hubungan dukungan keluarga, Dukungan perawat, Resiliensi Dengan kecemasan pasien penyakit gagal ginjal kronis dengan hemodialisis akibat pandemic covid -19, 2022.	Ni Luh Widani	Ada hubungan yang bermakna antara tingkat resiliensi dengan kecemasan. Tidak ada hubungan bermakna dukungan keluarga dan hubungan dukungan perawat dengan kecemasan.
The Relationship of Resilience and Quality of life Patient with Chronic Kidney Desease Who Undergoing Haemodialysis In Rasyda Kidney Hospital Medan, 2020.	Jagentar Pane, Ice septiani saragih	Ada hubungan resiliensi dengan kualitas hidup pasien penyakit ginjal kronis yang menjalani hemodialisa di rumah sakit. Ada hubungan resiliensi dengan kualita hidup pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa.
Psychoeducation on Quality of	Derison Marsinova	Ada pengaruh psikoedukasi terhadap

Life And Urem Levels Of Hemodialysis Creatinine Patients At Curup General Hospital Rejang Lebong Regency, 2019	Bakara, Mardiani, Kurniyati,	peningkatan kualitas hidup ginjal klien gagal yang melakukan hemodialisis.
The effect of an educational program on quality of life in patients undergoing hemodialysis in western Saudi Arabia, 2019	Marwan A. Bakarman, Maimona K. Felimban, Mohammad M. Atta, Nadeem S. Butt	Selain farmakoterapi, psikoedukasi klien dapat meningkatkan kualitas hidup dan mengurangi risiko kekambuhan gangguan.
Effect of Positive thinking training on stress, anxiety, depression, and quality of life among hemodialysis patients; A randomized controlied clinical trial	Nasrin Shokrpour, Shima Sheidaie, mehdi Amirkhani, Leila Bazrafkan, Ameneh Bodreki	Rerata skor keseluruhan kualitas hidup pasien pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah intervensi menunjukkan bahwa intervensi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kualitas hidup pasien.
Resilience: A Protektive factor from depressionand ansietyin Mexican Dialysis patients	Cristina J.Gonzsebuahlez-Flores, Guillermo Garcsayaa-Garcsayasebuah, Abel Lerma, Héaktor Pérez-Grovas, Rosa M.Meda-Lara, Rebecca ME Guzmsebuahn-Saldana dan Claudia Lerma	Pasien dengan depresi memiliki skor kecemasan dan distorsi kognitif yang lebih tinggi, selain ketahanan psikologis yang lebih rendah dan persepsi kualitas hidup yang lebih rendah).
Peningkatan Kualitas Hidup pada Penderita Gagal Ginjal Kronik Yang menjalani Terapi Hemodialisa melalui Psychological Intervention Di Unit Hemodialisa RS Royal Prima medan, 2016.	Emma Veronika Hutagaol	Ada peningkatan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa terhadap psychological intervention.

## PEMBAHASAN

### Gagal Ginjal Kronik

Gagal ginjal dapat diartikan suatu keadaan klinis yang ditandai dengan penurunan fungsi ginjal yang ireversibel, pada suatu derajat yang memerlukan terapi pengganti ginjal yang tetap, berupa dialysis atau tranplantasi ginjal. Sedangkan penyakit ginjal kronik merupakan suatu proses patofisiologis dengan etiologi yang beragam, mengakibatkan penurunan fungsi ginjal yang progresif dan pada umumnya berakhir dengan gagal ginjal (Setiati et al., 2016). Secara konseptual gagal ginjal kronik didefinisikan sebagai ketidakmampuan ginjal untuk mempertahankan keseimbangan dan integritas tubuh yang muncul secara bertahap sebelum terjun ke fase penurunan faal ginjal tahap akhir (Sukandar, 2006)

Gagal ginjal dapat diartikan suatu keadaan klinis yang ditandai dengan penurunan fungsi ginjal yang ireversibel, pada suatu derajat yang memerlukan terapi pengganti ginjal yang tetap, berupa dialysis atau tranplantasi ginjal. Sedangkan penyakit ginjal kronik merupakan suatu proses patofisiologis dengan etiologi yang beragam, mengakibatkan penurunan fungsi ginjal yang progresif dan pada umumnya berakhir dengan gagal ginjal (Setiati et al., 2016). Secara konseptual gagal ginjal kronik didefinisikan sebagai ketidakmampuan ginjal untuk mempertahankan keseimbangan dan integritas tubuh yang muncul secara bertahap sebelum terjun ke fase penurunan faal ginjal tahap akhir (Sukandar, 2006)

Pengurangan massa ginjal berdampak pada hipertrofi struktural dan fungsional nefron yang masih tersisa sebagai upaya kompensasi, diperantarai oleh molekul vasoaktif seperti sitokin dan *growth factor*. Pada awalnya patofisiologi penyakit ginjal tergantung pada penyakit yang

mendasarinya, tapi dalam proses selanjutnya yang terjadi kurang lebih sama. Pada LFG dibawah 15% akan terjadi gejala, dan komplikasi yang lebih serius, dan pasien sudah memerlukan terapi pengganti ginjal antara lain dialysis atau tranplantasi ginjal. Pada keadaan ini pasien sudah sampai pada stadium gagal ginjal (Setiati et al., 2016).

Hemodialisis masih merupakan terapi pengganti ginjal di sebagian besar negara di dunia selain dialisis peritoneal dan transplantasi ginjal. sekitar 2 juta pasien saat ini yang menjalani hemodialisis di seluruh dunia. Hemodialisis terbanyak dilakukan di Amerika Serikat yang mencapai 350.000 orang, Jepang 300.000 orang, sedangkan di Indonesia mendekati 15.000 orang. Hipotensi merupakan komplikasi akut yang sering terjadi selama HD, terutama pada pasien dengan diabetes. Sejumlah faktor risiko terjadinya hipotensi adalah ultrafiltrasi dalam jumlah besar disertai mekanisme kompensasi pengisian vaskular (vascular filling) yang tidak adekuat, gangguan respon vasoaktif atau otonom, osmolar shift, pemberian antihipertensi yang berlebihan, dan menurunnya kemampuan pompa jantung. Pasien dengan fistula arteriovenous dan graft dapat mengalami gagal jantung high output akibat adanya shunt darah pada akses; dan mungkin memerlukan ligasi dari fistula atau graft. Pemakaian buffer asetat dalam dialisis sudah mulai ditinggalkan karena efek vasodilatasi dan kardiodepresifnya, dan sejak diperkenalkannya dialisis.

Penyakit kardiovaskular merupakan penyebab utama kematian pasien penyakit ginjal tahap akhir selain faktor infeksi, yang disebabkan diabetes melitus, perubahan besar pada volume ekstraselular, inflamasi kronik, dislipidemia, tatalaksana hipertensi yang tidak adekuat, anemia, kalsifikasi vaskular, hiperhomosisteinemia, dan perubahan hemodinamik kardiovaskular selama dialisis. Beberapa strategi kardioprotektif konvensional antara lain obat angiotensin converting enzyme-inhibitor (ACE-I), Angiotensin Receptor Blocker (ARB), penurun lipid, aspirin, penghambat beta adrenergik. Berbagai teknik dialisis seperti pemakaian dialiser high flux, HD jangka panjang, HD setiap hari, hemodiafiltrasi, telah berhasil menurunkan morbiditas dan mortalitas (Setiati et al., 2016).

### **Resiliensi**

Istilah resiliensi berasal dalam Bahasa Inggris "*resilience*" yang merupakan adaptasi dari Bahasa Kroasia. Kata tersebut diterjemahkan dalam banyak arti, tetapi yang paling sering adalah "kemampuan untuk pulih" (Babic et al., 2020). Dalam ilmu psikiatri, resiliensi berarti kapasitas seorang individu untuk pulih dari trauma dan stress yang ekstrim (Shastri, 2013). Resiliensi terdiri dari kualitas pribadi yang memungkinkannya berkembang dalam menghadapi masalah. Resiliensi juga merupakan suatu interaksi rumit dari faktor risiko dan faktor protektif yang mengarah terhadap perkembangan hasil yang positif. Resiliensi juga merupakan suatu adaptasi positif setelah situasi stress dan mewakili konfrontasi dan situasi naik-turun diatas pengalaman yang sulit yang juga merepresentasikan kapasitas untuk seseorang dalam berhasil beradaptasi terhadap perubahan, untuk tahan terhadap pengaruh negatif dari stressor dan menghindari disfungsi yang signifikan karena pengaruh negatif tersebut (trauma, isu keluarga, isu tempat kerja, dll) (Babic et al., 2020).

### **Kualitas Hidup**

Pada tahun 1947, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mendefinisikan kualitas hidup sebagai "keadaan fisik lengkap, mental, dan kesejahteraan sosial, dan bukan hanya bebas dari penyakit dan kelemahan". Pada tahun 1995, definisi WHO berkembang sebagai berikut: "Persepsi individu tentang posisi mereka dalam kehidupan dalam konteks budaya dan sistem nilai di mana mereka hidup dan dalam kaitannya dengan tujuan, harapan, standar, dan kekhawatiran. Ini adalah konsep luas yang menggabungkan fisik orang secara kompleks

kesehatan, keadaan psikologis, tingkat kemandirian, hubungan sosial, keyakinan pribadi, dan mereka hubungan dengan fitur yang menonjol dari lingkungan" (Cai et al., 2021).

Untuk waktu yang lama, definisi ini telah menjadi definisi yang paling penting dan berpengaruh, namun konsep kualitas hidup telah berubah selama beberapa tahun terakhir. Kemudian konsep kualitas hidup yang berhubungan dengan kesehatan (HR-QoL) diperkenalkan dan didefinisikan sebagai "seberapa baik seseorang berfungsi dalam kehidupan mereka dan kesejahteraan yang dirasakannya dalam domain kesehatan fisik, mental, dan sosial". Dengan kata lain, HR-QoL dapat didefinisikan sebagai: "Kualitas hidup adalah konsep menyeluruh yang menggabungkan semua faktor yang memengaruhi kehidupan individu. Kualitas hidup yang berhubungan dengan kesehatan hanya mencakup faktor-faktor yang merupakan bagian dari kesehatan individu" (Cai et al., 2021).

Sedangkan definisi kualitas hidup menurut CDC (*Center for disease control and Prevention*) berfokus pada pendapat masing-masing individu terhadap kondisi kesehatan baik fisik dan mental serta hubungannya dengan resiko dan kondisi kesehatan, status fungsional, dukungan social dan status sosial ekonomi (Endarti, 2015). Dari definisi yang ada dapat disimpulkan bahwa kualitas hidup merupakan penilaian kesehatan baik secara fisik maupun mental secara subjektif yang dipengaruhi oleh nilai dan budaya di lingkungan sekitar dan aspek sosial ekonomi pada setiap individu.

### **Psikoedukasi**

Psikoedukasi merupakan informasi yang sistematis, terstruktur, dan pembelajaran terhadap penyakit dan penanganannya. Selain itu ada integrasi pada aspek emosional bertujuan agar pasien sanggup mengatasi penyakitnya bersama keluarganya. Psikoedukasi juga merupakan intervensi psikoterapeutik yang memadai dalam memberikan informasi kepada pasien dan keluarganya tentang penyakit dan penanganannya, memfasilitasi keduanya untuk memahami dan bertanggung jawab secara pribadi serta mendukung mereka yang menderita dalam mengatasi gangguan tersebut. Selain itu psikoedukasi juga merupakan proses mengajar pasien dengan penyakit mental dan anggota keluarganya tentang sifat penyakit, termasuk etiologi, perkembangan, konsekuensi, prognosis, pengobatan, dan alternatifnya (Prashant Srivastava & Rishi Panday, 2016)

### **Psikoedukasi, Resiliensi, dan Kualitas Hidup**

Pasien yang sedang menjalani hemodialisa rentan mengalami masalah emosional seperti stress, marah, karena kinerja hormon adrenalin, hormon norepinephrine, hormon kortisol. Hormon adrenalin adalah hormon yang dihasilkan oleh kelenjar adrenal setelah mendapatkan sinyal dari otak ketika situasi yang cukup membuat stres muncul. Hormon adrenalin bekerja sama dengan hormon stres lain yaitu norepinephrine bertanggung jawab untuk memutuskan reaksi ketika stres muncul (Agustiani et al., 2020). Hormon noradrenalin adalah hormon yang diproduksi secara alami oleh tubuh. Hormon noradrenalin kadang-kadang juga disebut sebagai norepinefrin. Hormon noradrenalin menghasilkan efek luas pada banyak area tubuh dan sering disebut sebagai 'fight or flight', karena bertanggung jawab untuk reaksi tubuh terhadap situasi stres atau situasi darurat. Hormon noradrenalin biasanya menghasilkan efek seperti peningkatan denyut jantung, peningkatan tekanan darah, pelebaran pupil, pelebaran saluran nafas pada paru-paru dan penyempitan pembuluh darah pada organ non-esensial. Hormon kortisol adalah hormon yang sangat terkenal dan hormon ini akan keluar jika kita mengalami stres. Ketika kita stres, maka otomatis korteks adrenal akan mengeluarkan suatu hormon stres primer yang bernama kortisol yang juga dikenal sebagai hormon katabolik, dengan keluarnya hormon kortisol ini akan terjadi perubahan proses metabolisme tubuh (Agustiani et al., 2020).

Perubahan selama psikoedukasi mempengaruhi kerja saraf otonom dengan respon efek menenangkan dengan mengubah fisiologi dominan simpatis menjadi dominan sistem parasimpatis. Pada keadaan ini, hipersekresi katekolamin dan kortisol diturunkan dan meningkatkan hormon parasimpatis serta neurotransmitter seperti dehidroepinandrosteron dan dopamine atau endorfin. Hormon endorfin merupakan senyawa kimia yang membuat seseorang merasa senang. Endorfin diproduksi oleh kelenjar pituitari pada bagian bawah otak. Hormon ini bertindak seperti morphine, bahkan dikatakan 200 kali lebih besar dari morphine. Endorfin mampu menimbulkan perasaan senang dan nyaman hingga membuat seseorang berenergi. Regulasi sistem parasimpatis ini akhirnya menimbulkan efek ketenangan (Agustiani et al., 2020).

## **SIMPULAN**

Sebagai kesimpulan dari analisis artikel-artikel penelitian yang telah dilakukan adaah psikoedukasi dapat meningkatkan resiliensi dan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik. Hal ini karena psikoedukasi dapat mengembangkan dan meningkatkan penerimaan pasien terhadap penyakit yang dideritanya, meningkatkan partisipasi pasien dalam terapi, dan meningkatkan kesiapan pasien dalam meghadapi masalah sehubungan dengan penyakitnya.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Agustiani, W., Wijayati, S., & Jauhar, M. (2020). Evaluasi Psikoedukasi Terhadap Peningkatan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik: Kajian Literatur. *Jurnal Kesehatan, Kebidanan, Dan Keperawatan*, 14(1), 120–138. <http://ejournal.uhb.ac.id/index.php/VM/article/download/526/474>
- Babic, R., Babic, M., Rastovi, P., Curlin, M., Simic, J., Mandi, K., & Pavlovi, K. (2020). Resilience in health and illness. *Psychiatria Danubina*, 32, 226–232.
- Bakarman, M. A., Felimban, M. K., Atta, M. M., & Butt, N. S. (2019). The effect of an educational program on quality of life in patients undergoing hemodialysis in western Saudi Arabia. *Saudi Medical Journal*, 40(1), 66–71. <https://doi.org/10.15537/smj.2019.1.23401>
- Cai, T., Verze, P., & Bjerklund Johansen, T. E. (2021). The Quality of Life Definition: Where Are We Going? *Uro*, 1(1), 14–22. <https://doi.org/10.3390/uro1010003>
- Endarti, A. T. (2015). Kualitas Hidup Kesehatan: Konsep, Model, dan Penggunaan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7(2), 97–108. <http://lp3m.thamrin.ac.id/upload/jurnal/JURNAL-1519375940.pdf>
- González-Flores, C. J., García-García, G., Lerma, A., Pérez-Grovas, H., Meda-Lara, R. M., Guzmán-Saldaña, R. M. E., & Lerma, C. (2021). Resilience: a protective factor from depression and anxiety in mexican dialysis patients. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(22). <https://doi.org/10.3390/ijerph182211957>
- Inayati, A., Hasanah, U., & Maryuni, S. (2021). Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Di Rsud Ahmad Yani Metro. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5(2), 588. <https://doi.org/10.52822/jwk.v5i2.153>
- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementerian Kesehatan RI,

53(9), 1689–1699.

- Kovesdy, C. P. (2022). Epidemiology of chronic kidney disease: an update 2022. *Kidney International Supplements*, 12(1), 7–11. <https://doi.org/10.1016/j.kisu.2021.11.003>
- Marsinova, D., Mardiani, & Kurniyati. (2019). Psychoeducation On Quality of Life And Urem Levels Of Hemodialysis Creatinine Patients At Curup General Hospital Rejang Lebong Regency. 14(Icihc 2018), 48–50. <https://doi.org/10.2991/icihc-18.2019.12>
- Pane, J., & Saragih, I. S. (2020). the Relationship of Resilience and Quality of Life Patient With Chronic Kidney Disease Who Undergoing Haemodialysis in Rasyda Kidney Hospital Medan. *Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Science)*, 8(1), 10–14. <https://doi.org/10.21776/ub.jik.2020.008.01.2>
- Pradnyaswari, L. B., & Rustika, I. M. (2020). Peran Dukungan Sosial dan Efikasi Diri terhadap Resiliensi Pasien Gagal Ginjal Kronik yang menjalani Terapi Hemodialisa di Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1, 67–76. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/download/57789/33725>
- Prashant Srivastava, & Rishi Panday. (2016). Psychoeducation an Effective Tool as Treatment Modality in Mental Health. *International Journal of Indian Psychology*, 4(1). <https://doi.org/10.25215/0401.153>
- Pujiani, & Masruroh. (2017). Program Psikoedukasi Terhadap Peningkatan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik. *Jurnal Edunursing*, 1(1), 47–56. <http://www.journal.unipdu.ac.id/index.php/edunursing/article/view/759>
- Purwanti, R. (2018). Efektivitas Psikoedukasi Menurunkan Tingkat Depresi, Kecemasan Dan Stres Pada Pasien Baru Ckd Yang Menjalani Hemodialisis. *Academia.Edu*. [https://www.academia.edu/38130423/Efektivitas\\_psikoedukasi\\_menurunkan\\_depresi\\_stress\\_dan\\_kecemasan\\_pada\\_pasien\\_baru\\_HD.pdf](https://www.academia.edu/38130423/Efektivitas_psikoedukasi_menurunkan_depresi_stress_dan_kecemasan_pada_pasien_baru_HD.pdf)
- Setiati, S., Alwi, I., Sudoyo, A. W., Simadibrata, K., Setiyohadi, B., & Syam, A. F. (2016). *Buku ajar ilmu penyakit dalam*. Interna Publishing.
- Shastri, P. C. (2013). Resilience: Building immunity in psychiatry. *Indian Journal of Psychiatry*, 55(3), 224–234. <https://doi.org/10.4103/0019-5545.117134>
- Shokrpour, N., Shima, S., Mehdi, A., Leila, B., & Modreki, A. (2018). Effect of positive thinking training on stress, anxiety, depression, and quality of life among hemodialysis patients: A randomized controlled clinical trial. *January*, 1–6. <https://doi.org/10.4103/jehp.jehp>
- Sukandar, E. (2006). *Gagal ginjal dan panduan terapi dialisis*. Edisi Ke-3, Pusat Informasi Ilmiah Bagian Ilmu Penyakit Dalam RS. Dr. Hasan Sadikin, Bandung.
- Widani, N. L. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga, Dukungan Perawat, Resiliensi Dengan Kecemasan Pasien Penyakit Ginjal Kronis Dengan Hemodialisis Akibat Pandemi Covid-19. *Malahayati Nursing Journal*, 4(5), 1190–1203. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i5.6326>