

Self-Care Management Berhubungan dengan Kualitas Hidup Pasien Penyakit Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis

Dentha Aditiya¹, Agung Widiastuti², Musta'in³

^{1,2,3} Universitas Duta Bangsa Surakarta

Email: denthaaditiya@gmail.com, agung-widiastuti@udb.ac.id, mustain@udb.ac.id

Abstrak

Latar belakang: Kualitas hidup pasien tetap sangat dipengaruhi oleh kemampuan dalam melakukan *self-care management* secara mandiri, walaupun terapi hemodialisis dapat membantu mempertahankan fungsi kehidupan pasien. Bentuk *self-care management* tersebut meliputi kepatuhan terhadap pembatasan asupan cairan, pengaturan pola makan, konsumsi obat sesuai anjuran, serta menjalani hemodialisis secara teratur. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan kemampuan *self-care management* dengan kualitas hidup pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. **Metode:** Penelitian kuantitatif ini menggunakan desain deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilakukan di ruang hemodialisis RS PKU Muhammadiyah Karanganyar. Sebanyak 60 responden dipilih dari populasi 68 pasien menggunakan teknik total sampling. Kemampuan *self-care management* diukur menggunakan *Hemodialysis Self-Management Instrument (HDSMI)*, sedangkan kualitas hidup diukur menggunakan kuesioner *WHOQOL-BREF*. Analisis data menggunakan uji korelasi Spearman Rank. **Hasil:** Sebagian besar responden memiliki kemampuan *self-care management* baik (45,0%) dan kualitas hidup baik (56,7%). Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara *self-care management* dengan kualitas hidup ($p = 0,000$) dengan koefisien korelasi sebesar 0,603 yang menunjukkan hubungan positif kuat. **Kesimpulan:** Semakin baik kemampuan *self-care management*, semakin baik pula kualitas hidup pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. Penguatan *self-care management* melalui edukasi keperawatan dan dukungan berkelanjutan dapat menjadi strategi untuk meningkatkan kualitas hidup pasien.

Kata kunci: ginjal kronik, hemodialisis, kualitas hidup, *self-care management*, *WHOQOL-BREF*

Abstract

Background: A patient's quality of life remains significantly influenced by their ability to perform *self-care management*, although hemodialysis therapy can help maintain their function. This *self-care management* includes adherence to fluid restrictions, dietary adjustments, taking medications as prescribed, and undergoing regular hemodialysis. **Objective:** This study aimed to determine the relationship between *self-care management* ability and the quality of life of patients undergoing hemodialysis. **Methods:** This quantitative study employed a descriptive correlational design with a *cross-sectional* approach. A total sampling technique was used to recruit 60 respondents. Data were analyzed using the Spearman Rank correlation test. **Results:** The univariate analysis showed that most respondents had good *self-care management* ability (27 respondents; 45.0%), while the majority had a good quality of life (28 respondents; 56.7%). The results of the Spearman Rank test revealed a p -value of 0.000 and a correlation coefficient (r) of 0.603, indicating a statistically significant positive relationship between *self-care management* and the quality of life of patients undergoing hemodialysis. **Conclusion:** The better the *self-care management* ability of patients undergoing hemodialysis, the better their quality of life.

Keywords: Chronic Kidney Disease., Hemodialysis., Quality Of Life., Self-Care Management., WHOQOL-BREF.

1. PENDAHULUAN

Penyakit ginjal kronik (PGK) merupakan gangguan fungsi ginjal yang terjadi secara progresif sehingga kemampuan ginjal dalam menjalankan fungsinya semakin menurun. Penurunan fungsi tersebut menyebabkan zat sisa metabolisme tidak dapat dikeluarkan secara optimal sehingga menumpuk di dalam tubuh dan berdampak pada aktivitas sehari-hari pasien[1].

Menurut *Global Burden of Disease (GBD)* tahun 2023, jumlah penderita penyakit ginjal kronik di dunia diperkirakan mencapai 788 juta orang [2]. Di Indonesia, data Survei Kesehatan

Indonesia (SKI) menunjukkan terdapat sekitar 638.178 penderita penyakit ginjal kronik. Dari jumlah tersebut, Provinsi Jawa Tengah menyumbang sekitar 88.180 kasus [3].

Hemodialisis adalah terapi pengganti ginjal yang memanfaatkan mesin hemodialisis untuk melakukan proses penyaringan darah sehingga zat sisa metabolisme dan kelebihan cairan dapat dikeluarkan, sekaligus menjaga keseimbangan elektrolit tubuh [4]. Hemodialisis dilakukan ketika fungsi ginjal telah menurun lebih dari 75% untuk menggantikan sebagian fungsi ginjal, mempertahankan kondisi tubuh, serta membantu memperpanjang harapan hidup pasien [1]. Terapi hemodialisis tidak hanya menimbulkan perubahan fisik, tetapi juga dapat memengaruhi kondisi psikologis pasien, seperti munculnya stres akibat penurunan kemampuan fisik dan perubahan gaya hidup [5].

Dalam menghadapi kondisi tersebut, *self-care management* berperan penting dalam membantu pasien mengelola penyakit, beradaptasi dengan terapi, dan mempertahankan kualitas hidup [6]. *Self-care* merupakan perilaku individu dalam menjaga kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup. Menurut teori *Dorothea Orem*, pasien yang menjalani hemodialisis perlu memiliki kemampuan merawat diri secara mandiri untuk mempertahankan fungsi dan kondisi kesehatannya [7].

Mengacu pada studi pendahuluan yang dilakukan hari Kamis tanggal 29 januari 2026. Data hemodialisis di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar pada bulan januari 2026 jumlah pasien sebanyak 68 pasien dan melakukan terapi hemodialisis seminggu 2x secara rutin. Berdasarkan hasil wawancara yang mengenai *Self-care management* yang dilakukan kepada 7 pasien yang sedang menjalani hemodialisis, terdapat 2 pasien dengan kemampuan perawatan diri yang kurang baik. Pasien mengatakan masih mengkonsumsi cairan lebih dari batas yang sudah ditentukan.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional melalui pendekatan *cross-sectional* untuk menganalisis hubungan antara *self-care management* dan kualitas hidup pada pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. Penelitian dilaksanakan di Unit Hemodialisis RS PKU Muhammadiyah Karanganyar dengan populasi sebanyak 68 pasien. Sampel berjumlah 60 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, yang dipilih menggunakan teknik total sampling.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner *Hemodialysis Self-Management Instrument (HDSMI)* untuk mengukur *self-care management* dan *WHOQOL-BREF* untuk menilai kualitas hidup. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *self-care management*, sedangkan variabel terikatnya adalah kualitas hidup pasien. Data dianalisis secara univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi variabel penelitian, serta secara bivariat menggunakan uji *Spearman Rank* dengan tingkat signifikansi 0,05. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik sebelum pelaksanaan pengambilan data.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Dsistribusi Karakteristik Responden di RS PKU Muhammadiyah karanganyar

Variabel	F (n=60)	%
Usia		
19-44	11	16.3
45-59	33	55.0

Variabel	F (n=60)	%
Usia		
60-69	16	26.7
Jenis Kelamin		
Laki-laki	34	56.7
Perempuan	26	43.3
Lama Hemodialisis		
<1 tahun	18	30.0
1-3 tahun	34	56.7
4-6 tahun	4	6.7
>6 tahun	4	6.7

Berdasarkan tabel 1 karakteristik responden di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar berdasarkan usia sebagian besar pasien berusia 45-59 tahun dengan frekuensi 33 responden (55.0%), mayoritas responden jenis kelamin laki-laki dengan frekuensi 34 responden (56.7%), dan sebagian responden lama menjalani hemodialisis 1-3 tahun dengan frekuensi 34 responden (56.7%).

Menurut [8] bertambahnya usia dapat menyebabkan penurunan fungsi organ tubuh, termasuk fungsi ginjal. Pada usia yang semakin meningkat, laju filtrasi glomerulus akan mengalami penurunan secara bertahap sehingga ginjal menjadi lebih rentan mengalami kerusakan. Kondisi tersebut menyebabkan seseorang yang berusia lebih tua memiliki risiko lebih tinggi mengalami penyakit ginjal kronik dan membutuhkan terapi hemodialisis.

Dominasi responden laki-laki dalam penelitian ini mengindikasikan bahwa kelompok ini merupakan populasi yang cukup rentan mengalami penyakit ginjal kronik. Meskipun demikian, efektivitas pelaksanaan *self-care management* tidak hanya dipengaruhi oleh jenis kelamin, tetapi juga bergantung pada sejauh mana individu dapat beradaptasi dengan penyakit kronik, kepatuhan terhadap pengobatan, serta dukungan social yang diterima selama proses hemodialisis. Oleh karena itu, perlu dilakukan intervensi keperawatan yang memfokuskan pada peningkatan *self-care management* kepada semua pasien tanpa membedakan jenis kelamin [6].

Lama menjalani hemodialisis merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi kondisi fisik dan psikologis pasien. Pada awal menjalani hemodialisis, banyak pasien mengalami stres, kecemasan, ketakutan, serta kesulitan beradaptasi dengan perubahan gaya hidup yang harus dijalani. Namun, seiring bertambahnya waktu menjalani terapi, pasien cenderung mulai beradaptasi dengan kondisi penyakitnya, memahami prosedur pengobatan, dan mampu menyesuaikan aktivitas sehari-hari dengan jadwal hemodialisis. Proses adaptasi tersebut dapat membantu pasien dalam menjalani pengobatan secara lebih teratur dan meningkatkan kualitas hidupnya. Meskipun demikian, terapi hemodialisis jangka panjang juga dapat menimbulkan beban fisik, emosional, sosial, dan ekonomi yang memengaruhi kehidupan pasien [9].

Self-Care Management

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan *Self-Care Management*

No	Self-Care Management	F (n=60)	Presentase (%)
1	Kurang	10	16.7
2	Cukup	23	38.3
3	Baik	27	45.0

Berdasarkan tabel 2 karakteristik responden berdasarkan *self-care management* sebagian besar responden memiliki kemampuan *self-care management* yang baik dengan frekuensi 27 orang dan presentase (45.0%).

Pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis mencerminkan kemampuan pasien mengelola kesehatannya secara mandiri, seperti mematuhi terapi, mengatur pola makan, membatasi cairan, dan mengikuti pengobatan. Perawatan diri yang baik membantu menjaga kondisi kesehatan, mencegah komplikasi, serta meningkatkan kualitas hidup pasien [10].

Hal penelitian ini sejalan dengan penelitian [5] yang menunjukkan bahwa *self-care* berpengaruh terhadap kualitas hidup pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. Kemampuan *self-care* yang baik membantu pasien mematuhi terapi, mengelola pola makan dan cairan, serta meningkatkan kemampuan adaptasi sehingga kualitas hidup menjadi lebih baik.

Kualitas Hidup

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup Responden

No	Kualitas Hidup	F (n=60)	Presentase %
1	Sangat buruk	0	0.0
2	Buruk	10	16.7
3	Sedang	21	35.0
4	Baik	28	46.7
5	Sangat baik	1	1.7

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa mayoritas responden, dengan frekuensi 28 individu dan persentase 46,7%, memiliki kualitas hidup yang layak.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian [11] yang menyatakan bahwa *self-care* memiliki hubungan dengan kualitas hidup pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. Pasien dengan *self-care* yang baik cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan pasien dengan *self-care* yang kurang baik.

Kualitas hidup pasien hemodialisis tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi fisik, tetapi juga oleh aspek psikologis yang dialami selama menjalani terapi. Meskipun sebagian besar pasien dapat mempertahankan kualitas hidup yang baik, berbagai keluhan seperti kelelahan, kram otot, mual, dan perubahan citra tubuh masih dapat memengaruhi kenyamanan serta kesejahteraan pasien dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, diperlukan upaya yang berkesinambungan untuk meningkatkan kondisi fisik dan psikologis pasien selama menjalani hemodialisis [12].

Hubungan *self-care management* dengan kualitas hidup pasien hemodialisis

Tabel 3 Hubungan *Self-Care Management* Dengan Kualitas Hidup Pasien Hemodialisis DI RS PKU Muhammadiyah Karanganyar

		Kualitas Hidup				P-Value	Nilai r
		Buruk	Sedang	Baik	Sangat baik		
<i>Self-Care Management</i>	Kurang	10	0	0	0	0.000	0.603
	Cukup	0	10	12	1		
	Baik	0	11	16	0		
	Total	10	21	28	1		

Berdasarkan tabel 4, hasil analisis bivariat menggunakan uji statistik *Spearman Rank* yang telah diolah menggunakan SPSS memperoleh nilai $P \alpha = 0,000 < 0,05$ dengan kekuatan 0,603 yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima, menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-care management* dengan kualitas hidup pasien penyakit ginjal kronis di ruang hemodialisis di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Karanganyar.

Self-care management yang baik dapat membantu pasien menjaga kondisi kesehatannya melalui kepatuhan diet, pembatasan cairan, kepatuhan menjalani terapi hemodialisis, serta kepatuhan mengonsumsi obat. Pasien yang mampu melakukan perawatan diri dengan baik cenderung mengalami komplikasi yang lebih sedikit dan memiliki kondisi fisik maupun psikologis yang lebih stabil [13].

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh [14] [14] menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *self-care management* dengan kualitas hidup pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa pasien yang memiliki kemampuan *self-care management* yang baik cenderung lebih mampu menjaga kondisi kesehatannya melalui kepatuhan menjalani terapi, pengaturan pola makan, pembatasan cairan, serta pemantauan kondisi kesehatan secara mandiri. Kemampuan tersebut dapat membantu pasien mengurangi komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup selama menjalani hemodialisis. Pasien yang mampu mengelola penyakitnya dengan baik umumnya memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah, lebih percaya diri, serta lebih siap menghadapi perubahan yang terjadi akibat penyakit kronik.

Sejalan dengan itu, penelitian [15] menjelaskan bahwa pasien yang mampu melakukan *self-care management* dengan baik cenderung lebih mampu menjaga kondisi kesehatannya melalui kepatuhan terhadap terapi, pengaturan pola makan, pembatasan cairan, serta pemantauan kondisi kesehatan secara mandiri. Kemampuan dalam melakukan perawatan diri juga dapat membantu pasien mencegah terjadinya komplikasi selama menjalani hemodialisis sehingga pasien lebih mudah beradaptasi terhadap penyakit yang dialami dan kualitas hidup pasien menjadi lebih baik

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan kemampuan *self-care management* dengan kualitas hidup pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden memiliki kemampuan *self-care management* dalam kategori baik dan kualitas hidup dalam kategori baik. Hasil analisis menggunakan uji *Spearman Rank* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *self-care management* dengan kualitas hidup ($p = 0,000$) dengan kekuatan hubungan yang kuat dan arah korelasi positif ($r = 0,603$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik kemampuan pasien dalam mengelola perawatan dirinya, semakin baik pula kualitas hidup yang dimiliki. Dengan demikian, *self-care management* merupakan salah satu faktor penting yang berperan dalam meningkatkan kualitas hidup pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisis.

5. DAFTAR PUSTAKA

- [1] C. Suban And N. L. Widani, "Hubungan Konsumsi Air Minum Terhadap Kejadian Gagal Ginjal Kronik Pasien Dengan Hemodialisis," *J. Keperawatan Cikini*, Vol. 5, No. 01, Pp. 110–119, 2024, [Online]. Available: [Http://Jurnal.Akperrscikini.Ac.Id/Index.Php/Jkc/Article/View/146](http://Jurnal.Akperrscikini.Ac.Id/Index.Php/Jkc/Article/View/146)
- [2] C. Kidney And D. Collaborators, "Global, Regional, And National Burden Of Chronic

- Kidney Disease In Adults, 1990-2023, And Its Attributable Risk Factors: A Systematic Analysis For The Global Burden Of Disease Study 2023,” *Lancet (London, England)*, Vol. 406, No. 10518, Pp. 2461–2482, 2025, Doi: 10.1016/S0140-6736(25)01853-7.
- [3] Trihono, “Survei Kesehatan Indonesia 2023 (Ski),” *Kemenkes*, P. 235, 2023.
- [4] U. Hasanah, N. R. Dewi, A. T. Pakarti, And A. Inayati, “Analisis Faktor-Faktor Risiko Terjadinya Penyakit Ginjal Kronik Pada Pasien Hemodialisis,” Vol. 8, No. 2, Pp. 96–103, 2023, Doi: 10.52822/Jwk.V8i2.531.
- [5] R. Kallifah, J. Budhiana, And I. Farhania, “Pengaruh Self-Care Terhadap Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik Di Unit Dialisis Kota Sukabumi,” Vol. 5, No. 1, Pp. 1–9, 2024.
- [6] D. R. Sulistyaningsih, M. A. Noor, And I. Rokhayati, “Self Care Management,” Vol. 8, No. 2, Pp. 77–86, 2022.
- [7] Laia Et Al, “Hubungan Self Care Dengan Konsep Diri Pasien Gagal Ginjal Kronik Di Unit Rs Prima Medan,” Vol. 11, No. 2, Pp. 78–85, 2021, [Online]. Available: <https://Jurnal.Stikesht-Tpi.Ac.Id/Index.Php/Jurkep>
- [8] P. Sinaga, “Hubungan Self-Efficacy Dan Lama Hemodialisis Terhadap Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis,” Pp. 51–56, 2022.
- [9] M. Aurora, G. Reagen, And J. Mandias, “Lama Menjalani Hemodialisa Dengan Kualitas Hidup,” Pp. 291–298, 2025.
- [10] L. Alzikri, “Hubungan Self-Care Management Dengan Kualitas Hidup,” Vol. 10, No. 17, Pp. 1803–1810, 2026.
- [11] F. N. Rosyid *Et Al.*, “Self-Care Is Associated With Quality Of Life In Chronic Kidney Disease Undergoing Hemodialysis Author : Department Of Medical And Surgical Nursing , Faculty Of Health Sciences , Universitas Department Of Public Health , Faculty Of Health Sciences , Univer,” Pp. 241–250, 2024.
- [12] W. Hillary, A. Kansil, And L. Yemina, “Gambaran Kualitas Hidup Pasien Hemodialisis Di Klinik Nu Cipta Husada,” Vol. 6, No. 1, Pp. 86–97, 2025.
- [13] T. T. Pujiastuti, C. S. Widyastuti, P. R. Yogyakarta, K. Sleman, And K. Sleman, “Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Pasien Hemodialisis Di Rumah Sakit Swasta Yogyakarta Factors Related To The Quality Of Life In Hemodialysis Patients At Private Hospital In Yogyakarta,” Vol. 10, No. 1, Pp. 61–70, 2021.
- [14] N. Adiningrum, “Jurnal Farmasi Dan Ilmu Kefarmasian Indonesia Vol. 8 No. 1 April 2021 29,” Vol. 8, No. 1, Pp. 29–37, 2021.
- [15] I. Putri, “Hubungan Lama Menjalani Hemodialisis Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Ira,” 2024.