

SUPPORT GROUP PROGRAM PADA PASIEN HEMODIALISA

Nugroho Lazuardi¹, Henny Kusuma², Herry Djagad³

¹Mahasiswa Magister Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang

²Staff Dosen Jurusan Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang

³Staff Dosen Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang

nugroz_lazuardy@yahoo.com

ABSTRAK

Support group adalah suatu proses terapi pada suatu kelompok yang memiliki permasalahan yang sama untuk mengkondisikan dan memberi penguatan pada kelompok maupun perorangan dalam kelompok sesuai dengan permasalahannya sehingga tercapainya kemampuan coping yang efektif terhadap masalah ataupun trauma yang dialami dan peningkatan kualitas hidup pasien. Studi ini bertujuan untuk menjelaskan terkait program/upaya intervensi support group pada pasien penyakit ginjal kronis (PGK) yang menjalani hemodialisis. Penelusuran artikel ini melalui *Google Scholar* dan *Pro Quest*, dengan kata kunci *support group*, *hemodialisis*, *chronic renal failure*. Penelusuran tersebut mendapatkan 7 artikel yang sesuai kriteria inklusi dan eksklusi, antara lain artikel terbit tahun 2009–2016, dalam bentuk full text. Artikel yang sudah sesuai kriteria, kemudian dianalisa secara narasi. Penelusuran data menggunakan kata kunci dan kriteria pada electronic data based diatas, di dapatkan 7 artikel. Dari artikel-artikel tersebut, program support group yang dijalankan dapat dikategorikan menjadi lima program, yaitu *Education Intervention and Support Program*, *Self Help Group*, *Telephone-Based Peer Support*, *The Kidney Connect Peer Support Program*, dan *Camp COOL Program*. Program support group terbukti efektif meningkatkan kemampuan pasien dalam manajemen kondisinya dan meningkatkan kualitas hidup. Penelitian lanjutan terkait program *support group* untuk mengetahui sejauh mana efektifitas jika diterapkan di Indonesia.

Kata kunci: *support group; hemodialisis; chronic renal failure*

ABSTRACT

Support group is a process of therapy in a group have similar problems to condition and provide reinforcement to the groups and individuals in the group in accordance thus achieving the capability of coping effectively the problems or trauma and improving the quality of life of patients. The purpose this study to explain the related program / support group interventions in patients with chronic kidney disease (CKD) undergoing hemodialysis. This article searches via Google scholar and proquest, with the key words of support groups, hemodialysis, chronic renal failure. The search get 7 articles appropriate inclusion and exclusion criteria, among other articles published in 2009-2016, in full text. Articles that already fit the criteria, then analyzed the narrative. Data searches using keywords and criteria based on electronic data above, in get seven articles. Of these articles, programs that run support group can be categorized into five programs, namely educational intervention and support programs, Self Help Group, Telephone-Based Peer Support, The Kidney Connect Peer Support Program, and Camp COOL Program. Support group programs proven effective in improving the patient's ability manajemen condition and improve quality of life. Advanced research related of program support group needs to determine the extent of the effectiveness if applied in Indonesia.

Key Words: *support group; hemodialysis; chronic renal failure*

PENDAHULUAN

Hemodialisa merupakan salah satu terapi dari terapi pengganti penderita Penyakit Ginjal Kronis (PGK) yang banyak digunakan di dunia termasuk di Indonesia. Hemodialisa adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan suatu proses

fisiologis adanya hubungan antara zat yang terlarut dalam darah yang berubah setelah kontak dengan zat terlarut dalam suatu cairan melalui membran semipermeabel. Pada pasien dengan fungsi ginjal yang minimal, hemodialisa dilakukan untuk

mencegah komplikasi membahayakan yang dapat menyebabkan kematian^{1,2}.

Terapi hemodialisa yang dilakukan terus menerus akan mempengaruhi keadaan psikologis pasien seperti depresi. Hal ini disebabkan kondisi pasien ketergantungan pada mesin dialisa dan waktu yang diperlukan untuk terapi hemodialisa akan mengurangi waktu yang tersedia untuk melakukan aktivitas sosial, yang dapat menciptakan konflik, frustrasi, rasa bersalah serta depresi. faktor lain yang berhubungan dengan terapi hemodialisa seperti pembatasan asupan makanan dan cairan, dorongan seksual yang menghilang serta komplikasi hemodialisa menjadi dasar perubahan gaya hidup pasien penyakit ginjal kronis yang menjalani terapi hemodialisa¹. Maka kebutuhan pasien pada suatu penyakit terminal tidak hanya pemenuhan/ pengobatan gejala fisik, namun juga pentingnya dukungan terhadap kebutuhan psikologis, sosial dan spiritual yang dilakukan dengan pendekatan interdisiplin².

Dukungan sangat diperlukan dan sangat dibutuhkan oleh pasien yang mengidap penyakit terminal, siapa saja yang terlibat harus mendukung disini yaitu keluarga, teman-teman, dan *support group*. *Support group* atau sering disebut kelompok sebaya adalah suatu proses terapi pada suatu kelompok yang memiliki permasalahan yang sama untuk mengkondisikan dan memberi penguatan pada kelompok maupun perorangan dalam kelompok sesuai dengan permasalahannya. Tujuan utama dari intervensi *Support Group* adalah tercapainya kemampuan coping yang efektif terhadap masalah ataupun trauma yang dialami dan peningkatan kualitas hidup pasien¹⁻³.

Penelitian yang mengembangkan *support group* program pada pasien PGK yang menjalani hemodialisa sudah sering dilakukan. Dari penelitian-penelitian tersebut ditemukan variasi dan kombinasi berbagai jenis upaya peningkatan kualitas hidup pasien. Oleh karena itu, menjadi penting untuk mereview lebih lanjut berbagai program *support group* pada pasien yang menjalani hemodialisis. Diharapkan dengan *review* ini dapat menelaah apa saja bentuk dan kombinasi program *support group* yang efektif untuk diaplikasikan pada pasien yang menjalani hemodialisis.

Studi literatur ini bertujuan untuk mereview literatur terkait program/intervensi *support group* pada pasien penyakit ginjal kronis (PGK) yang menjalani hemodialisis.

METODE

Rancangan penelusuran artikel pada studi literatur ini melalui Google scholar dan pubmed, dengan kata kunci *support group, hemodialisis, chronic renal failure*. Penelusuran tersebut mendapatkan 7 artikel yang sesuai kriteria inklusi dan eksklusi, antara lain artikel terbit tahun 1997–2013, bentuk full text dan design yang digunakan RCT, *experimen, prospective kohort* dan *prospective non randomized*. Artikel yang sudah sesuai kriteria, kemudian dianalisa secara narasi.

HASIL

Berdasarkan penelusuran data menggunakan kata kunci dan kriteria pada electronic data based diatas, di dapatkan 7 artikel. Dari artikel-artikel tersebut, program *support group* yang dijalankan dapat dikategorikan menjadi enam program, yaitu intervensi edukasi dan *support program, Self Help Group, Telephone-Based Peer Support, The Kidney Connect Peer Support Program*, dan *Camp COOL Program*.

Program Support Group pada pasien yang menjalani hemodialisis

Beberapa program *Support Group* pada pasien yang menjalani hemodialisis yang didapatkan dari berbagai literature diantaranya dengan menggunakan:

1. *Education intervention and support program*

Berbagai program edukasi banyak ditemukan modelnya, baik itu yang berbasis komunitas, klinik maupun kolaborative interdisiplin tenaga kesehatan (dokter, perawat, ahli gizi). Program itu diantaranya *a self management and educational model of care* yang didalamnya menerapkan program kolaboratif berbasis masyarakat, intervensi menggunakan dukungan perawat spesialis nefrologi dalam setting pengaturan perawatan primer, yang menargetkan pada pasien gagal ginjal stadium akhir yang berisiko tinggi. Model perawatan ini didasarkan pada pendidikan pasien, membangun kesadaran akan kesehatan, dan memperkuat manajemen diri, program ini

dievaluasi pada 12 minggu pertama dan dilanjutkan 12 bulan ⁴.

Selanjutnya adalah *Hemodialysis Educational And Support Program (HESP)*, biasanya para peserta dalam kelompok eksperimen menerima 12 sesi mingguan dukungan pendidikan berturut-turut selama satu jam pada awal pengobatan dialisis oleh fasilitator perawat terlatih. Komponen dalam HESP adalah perawatan diri, aktivitas hidup sehari-hari, kegiatan sosial, interaksi dengan orang lain yang signifikan, kepatuhan rejimen hemodialisis dan perasaan keterasingan. Serangkaian tiga wawancara dilakukan pada akhir program pada tiga bulan, enam bulan dan satu tahun untuk mengevaluasi efek jangka pendek dan jangka panjang dari program ini ⁵.

Lebih lanjut program edukasi terstruktur selama 4 bulan, dilakukan selama 30 menit, 2 hari per minggu, selama 4 minggu, dengan memberikan edukasi dan buku pegangan tentang *self management behaviour* untuk meningkatkan pengetahuan pasien. Program ini signifikan efektif setelah intervensi meningkatkan pengetahuan dan perilaku pasien dalam manajemen dirinya ($p = 0.000$) ⁶.

2. *Self Help Group*

Self help group merupakan suatu bentuk terapi kelompok yang dapat dilakukan dalam berbagai situasi dan kondisi, terdiri dari beberapa orang yang memiliki masalah serupa untuk saling berbagi pengalaman dan cara mengatasi masalah yang dihadapi. *self help group* memungkinkan anggota kelompok memperluas jaringan sosial, menerima informasi, dan mendapat dukungan emosional dari teman sekelompok, sehingga bisa memberikan banyak manfaat dalam berbagai hal. Kegiatan *self help group* sebanyak 8x pertemuan, selanjutnya dievaluasi ⁷.

Hasil penelitian Mugihartadi,⁸ menunjukkan adanya terdapat perbedaan perubahan kualitas hidup antara kelompok intervensi dengan kualitas hidup kelompok kontrol secara signifikan (p value 0,000). Terapi *self help group* efektif terhadap peningkatan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis.

3. *Telephone-Based Peer Support*

The National Kidney Foundation (NKF), di 2009 memiliki Program baru yang cocok pasien yang membutuhkan dukungan sebaya dengan mentor yang positif sebagai panutan. *Telephone-based peer support* telah dipelajari dalam berbagai populasi pasien, dan telah terbukti efektif pada pasien dengan gagal ginjal. Manfaat lainnya, mentoring melalui telepon dapat meningkatkan kualitas dan kuantitas dukungan antara kunjungan klinik, yang mengarah ke peningkatan manajemen diri, peningkatan kesejahteraan dan kesehatan yang lebih baik. Hal ini sangat berguna untuk mereka yang menangani tugas-tugas medis yang menantang, seperti beradaptasi dengan penyakit ginjal kronis, pasien transplantasi ginjal, atau manajemen insulin ⁹.

Dukungan sebaya bekerja karena pasien dapat saling memberikan sesuatu pengalaman klinis tidak dimiliki bersama. Penelitian menunjukkan bahwa orang sering mengatasi lebih baik ketika mereka berinteraksi dengan rekan-rekan dengan berbagi pengalaman umum. Dengan cara ini, perasaan divalidasi, isolasi sosial dan stigma berkurang, harapan untuk masa depan dan optimisme tumbuh, dan pengalaman hidup secara normal.

Rekan mentoring telah terbukti sangat efektif dalam membantu pasien ginjal menyesuaikan diri dengan dialisis dan perencanaan mendekati akhir kehidupan, dan dalam mengurangi kekhawatiran tentang transplantasi ginjal. Hal ini juga menurunkan depresi, isolasi sosial, dan meningkatkan kemampuan manajemen diri. Pada akhirnya, menyebabkan peningkatan kesehatan dan kelangsungan hidup yang lebih baik.

4. *The Kidney Connect Peer Support Program*

The Kidney Foundation of Canada juga mengembangkan *The KIDNEY CONNECT Peer Support Program*. Program *Peer support* ini kesempatan bagi orang yang terkena penyakit ginjal berbicara dengan orang lain yang sudah terkena penyakit ginjal terlebih dahulu. Program ini dikelola oleh tim relawan yang pernah berkunjung, khusus dilatih sebagai mentor bagi orang-orang dengan penyakit ginjal dan keluarga dan teman-teman mereka. Relawan

ini semua baik yang hidup dengan penyakit itu sendiri atau telah dipengaruhi oleh itu dalam beberapa cara. Sehingga mereka mengerti bagaimana sulitnya dalam memberikan dorongan pribadi dan dukungan yang Anda butuhkan. relawan memberikan dukungan terutama melalui telepon, tapi kadang-kadang, bila memungkinkan melalui kontak tatap muka¹⁰.

Program ini ada untuk membantu siapa pun yang mengalami kondisi penyakit ginjal. Misalnya, orang yang telah didiagnosis dengan penyakit ginjal atau mereka yang gagal ginjal, serta teman-teman mereka, keluarga atau orang yang dicintai semua bisa menggunakan layanan ini. Anda dan anggota keluarga Anda dapat meminta *service support* kapanpun Anda membutuhkannya dan sesering yang anda inginkan. layanan *peer support* mungkin membantu pada berbagai tahap, misalnya:

- Ketika pertama kali belajar tentang penyakit ginjal
- Ketika belajar tentang berbagai jenis pengobatan
- Ketika mempertimbangkan perubahan dalam pengobatan
- Ketika mempertimbangkan transplantasi donor hidup;
- Juga, bila Anda hanya perlu berbicara dengan seseorang mentor yang telah ada.

5. *Camp COOL Program*

Di Belanda sejak 2007 mengembangkan *Camp COOL Program* bertujuan untuk membantu orang-orang muda Belanda dengan stadium akhir penyakit ginjal (ESRD) mengembangkan ketrampilan self - manajemen. Efek dari program ini yang dilaporkan peserta: meningkatkan kepercayaan diri, pengetahuan yang lebih - terkait penyakit, merasa mampu menjadi lebih bertanggung jawab dan terbuka terhadap orang lain, dan berani berdiri sendiri (mandiri). Menurut peserta, menjadi seorang teman menjadi satu hal yang positif mempengaruhi mereka. Peserta *self-efficacy* dan kemandirian teman meningkat, sementara perasaan isolasi sosial menurun (diukur sebagai domain dari kualitas kesehatan yang berhubungan hidup). Peran teman adalah kombinasi pro-aktif menjadi pengawas, penasihat, dan pemimpin¹¹.

PEMBAHASAN

Berbagai *support Group* program pasien hemodialisis telah dibahas berdasarkan jenisnya. Walaupun sebagian besar dikategorikan dalam bentuk program edukasi tetapi program lain juga dijelaskan dalam literatur review ini. Kegiatan *support group* pada pasien dewasa yang menjalani hemodialisis dilakukan dengan cara penilaian awal (pengkajian), pendidikan dan pengembangan rencana pengelolaan pasien individual. Penilaian awal ini mencakup review gejala, review pasien dan target klinis, kepatuhan obat, pembatasan cairan dan diet, manajemen diri dan pendidikan kesehatan individual. Pemberian *support group booklet* yang berisi pedoman manajemen diri, monitoring, penjelasan konsep penyakit terkait. Aspek psikologis dan *self efficacy* juga termasuk dalam area manajemen diantaranya *Education intervention and support program* dan *Camp Cool program* yang bertujuan untuk meningkatkan *self efficacy*, kontrol stress dan emosional^{3,4}.

Support group program kesehatan meliputi kegiatan perawatan diri, kemitraan dalam perawatan, komunikasi, perawatan diri dan kepatuhan. Manajemen kehidupan sehari-hari untuk mencapai/mempertahankan "normalitas" dalam menjalankan peran sehari-hari. *Self help management* bagi perawat dapat dilakukan dengan cara mereka terus merawat dan mendidik pasien hemodialisis. Pendidikan berpengaruh pada tingkat *self-efficacy* pada pasien hemodialisis^{4,7}.

Dari berbagai program *support group* yang sudah dibahas menyebutkan bahwa program terbukti efektif untuk meningkatkan kemampuan pasien dalam manajemen kondisinya, dengan melihat sumber daya yang dibutuhkan program *Hemodialysis Educational And Support Program (HESP)* dan *Self Help Group* lebih memungkinkan untuk efektif diterapkan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari pembahasan diatas dapat disimpulkan program *support group* dari setiap literatur kesemuanya menyebutkan intervensi edukasi sebagai program utama, program edukasi ini juga dikembangkan dalam berbagai model. Kombinasi program psikologis, pemberdayaan dan edukasi

diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup pada pasien hemodialisis. Penelitian lanjutan terkait penerapan program *support group* pada klien yang menjalani hemodialisis baik yang berbasis layanan RS, komunitas, kelompok dan individu perlu dilakukan untuk mengetahui sejauh mana efektifitas program ini jika diterapkan diberbagai daerah di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

1. Arlija, L. (2006). Dukungan Sosial pada Pasien Gagal Ginjal Terminal yang Melakukan Terapi Hemodialisa. Diunduh dari <http://library.usu.ac.id/download/fk/06010311> pada tanggal 14 Juni 2015.
2. Suryarinilsih, Y. (2010). Hubungan Peningkatan Berat Badan antara Dua Waktu Hemodilisis Dengan Kualitas Hidup Pasien Hemodialisis. Tesis. Universitas Indonesia. Depok
3. Wells JR, Anderson ST. (2011) *Self-Efficacy and Social Support in African Americans Diagnosed with End Stage Renal Disease*. ABNF Journal. 2011 Winter 2011;22(1):9-12. PubMed PMID: 868177920; 21462795. English
4. Walker, R., Marshall, M., & Polaschek, N. (2013). Improving self-management in chronic kidney disease: a pilot study. *Renal Society of Australasia Journal*, 9(3), 116-125.
5. Joanna Briggs Institute. (2011). *The Joanna Briggs Institute Best Practice Information Sheet: music as an intervention in hospitals*. *Nursing & health sciences*, 13(1), 99.
6. Lingerfelt, K. L., & Thornton, K. (2011). *An educational project for patients on hemodialysis to promote self-management behaviors of end stage renal disease*. *Nephrology Nursing Journal*, 38(6), 483.
7. Relawati, A., & Hakimi, M. (2015). Pengaruh *Self Help Group* terhadap Kualitas Hidup pasien hemodialisa di rumah sakit Pusat Kesehatan Umum Muhammadiyah Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 11(3).
8. Mugihartadi, Elsy Maria Rosa, Moh.Afandi.(2015). efektifitas *Self Help Group* terhadap kualitas hidup pada pasien gagal ginjal kronik. Prosiding Interdisciplinary Postgraduate Student Conference 1st (PPs UMY),ISBN: 978-602-19568-2-3.Yogyakarta
9. National Kidney Foundation, (2009). *Peer Support In People With Chronic Kidney Disease*. National Kidney Foundation, Inc ©2009. Supported by the Amgen Foundation All rights reserved. 02-10-0204_CBB. The Kidney Foundation of Canada. *The KIDNEY CONNECT Peer Support Program*. Canada
10. Sattoe, J. N., Jedeloo, S., & van Staa, A. (2013). *Effective peer-to-peer support for young people with end-stage renal disease: a mixed methods evaluation of Camp COOL*. *BMC nephrology*, 14(1), 1.