

## **HUBUNGAN SELF MANAGEMENT DENGAN KUALITAS HIDUP PASIEN RHEUMATOID ARTHRITIS DI RUMAH SAKIT GRANDMED LUBUK PAKAM TAHUN 2021**

**ANITA SRI GANDARIA PURBA<sup>1</sup>, KUAT SITEPU<sup>2</sup>, ARFAH MAY SYARA<sup>3</sup>,  
JESISKA YOLANDA SIRAIT<sup>4</sup>, NUR HAMIDA POHAN<sup>5</sup>**

INSTITUT KESEHATAN MEDISTRA LUBUK PAKAM  
Jl.Sudirman No 38 Lubuk Pakam Kab.Deli Serdang, Sumatera Utara.  
Email : [anitapurba85@gmail.com](mailto:anitapurba85@gmail.com)

DOI: 10.35451/jkf.v4i1.811

### **Abstract**

*Rheumatoid arthritis is a autoimmune that causes a long period of inflammation in the joints. This might cause a decrease in the quality of life of a person resulting in limited activity and depression. The purpose of this study was to determine the relationship between self management and the quality of life of patients with rheumatoid arthritis . the research method uses quantitative research by using descriptive correlation research methods. Then this research uses a Cross sectional approach design research method and correlation design with a sampling total sampling, and the number of sample in this study was 25 respondents. The measuring instrument used in this research in a questionnaire. Data analysis was carried out using the chi-square tests, the result of this study showed that 18 people (51%) had a good self management and 17 people (49%) had a good quality of life. This show that there is a relationship between self management and quality of life of rheumatoid arthritis patient at Grandmed Lubuk Pakam hospital in 2021 with the result of the chi-square test (p Value 0,001). Therefore, it is hoped that patients will be able to further improve self management so that the quality of life is getting better.*

**Keywords** : Self Management, Quality of life, Rheumatoid Arthritis

### **1. PENDAHULUAN**

Menurut (Rikesdas, 2019), kesehatan menjadi perhatian serius orang karena banyak orang yang menderita penyakit kronis. Penyakit kronis adalah penyakit tidak menular (PTM), Sepertiasma, PPOK, kanker, Diabetes, Hipertiroidisme, hipertensi, jantung coroner, gagal jantung kronis, dan *Rheumatoid Arthritis* (RA).

Menurut (*American College of Rheumatology*,(2016) *Rheumatoid Aethritis* merupakan penyakit kronis

yang menyebabkan nyeri, kaku, bengkak, dan terbatasnya pergerakan dan fungsi banyak persendian. *Arthritis Rheumatoid* dapat mempengaruhi sendi manapun; sendi kecil pada tangan dan kaki seringkali paling terpengaruh. Pada *rheumatoid arthritis*, kekakuan biasanya paling parah di pagi hari.

Data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menunjukkan bahwa 20% penduduk dunia menderita *Rheumatoid Arthritis*. Penduduk usia 55

tahun memiliki potensi 5-10% terkena penyakit *Rheumatoid Arthritis* (Organisasi Kesehatan Dunia, 2016). Prevelensi di Indonesia diperkirakan mencapai 29,35% penderita *Rheumatoid Arthritis* pada tahun 2011 . 39,47% penderita *Rheumatoid Arthritis* pada tahun 2012. Dan 45,59% penderita *Rheumatoid Arthritis* pada tahun 2016 ( Bawarodi et al, 2017). Dengan demikian dapat dikatakan bahwa prevelensi penyakit *Rheumatoid Arthritis* di Indonesia setiap tahun terus meningkat. Menurut Laporan Kesehatan Dasar (Kementrian Kesehatan RI, 2018), jumlah penderita *Rheumatoid Arthritis* (RA) di Sumatera Utara adalah 9,3%. Menurut data *Rheumatoid Arthritis* (RA), Penyakit di Kabupaten Deliserdang cukup banyak yaitu sebanyak yaitu sebanyak 3.684 orang (Dinkes Deli Serdang, 2016).

Hal ini mungkin akan menyebabkan berkurangnya kualitas hidup seseorang yang berakibat terbatasnya aktivitas, depresi sampai berimbas pada status social ekonomi seseorang atau sebuah keluarga, kenyamanan, dan masalah yang disebabkan oleh penyakit *Rheumatoid Arthritis* tidak banyak berupa keterbatasan yang tampak jelas pada mobilitas dan aktivitas kegagalan organ dan kematian atau mengakibatkan masalah seperti rasa nyeri, keadaan mudah lelah, perubahan citra diri serta gangguan tidur (Aqila, 2010 dalam Maulana, 2019). Seseorang yang sehatakan mempunyai kualitas hidup yang baik, begitu pula kualitas hidup yang baik tentu saja akan menunjang kesehatan *World Health Organisation Quality Of Life* mendefenisikan kualitas hidup sebagai perpeddi individu terhadap kehidupan di masyarakat dala, konteks dengan tujuan, harapan, standard an perhatian (Laili, 2019).

Setiap orang memerlukan untuk menjadi kreatif dan mengkualitaskan diri. Disisi lain kendali diri diperlukan sebagai *regulasi* atau dorongan dan kemampuan yang dimiliki, baik secara

fisik, psikis, maupun perilaku. Di sisi lain peran *Self Management* sangat dibutuhkan mengelolah seluruh kemampuan tersebut. *Self Management* atau pengolahan diri adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri (Sukadji, 2019). *Self Management* berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan untuk mencapai hal-hal yang mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna (Gie, 2017). *Management* diri juga dapat mengurangi kecemasan dengan mengarahkan atau mengatur dan mengontrol tingkah lakunya, sebab subjek yang paling mengetahui akan kekurangan dan kelebihan dirinya (Panji, 2015).

Hal ini di perkuat oleh penelitian Annisak Nuzul dkk tahun 2020 dengan judul " Hubungan Nyeri *Rheumatoid Arthritis* dengan Tingkat Kemandirian pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Tahun 2020" . hasil penelitian menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara nyeri *arthritisrheumatoid* dengan tingkat kemandirian pasien.

Berdasarkan latar belakang dan penelitian terdahulu serta survey awal yang peneliti dapatkan di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam penderita *Rheumatoid Arthritis* banyak yang acuh tak acuh terhadap *Self Management* nya untuk Kualitas hidupnya yang lebih baik. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan *Self Management* Dengan Kualitas Hidup Pasien *Rheumatoid Arthritis* Di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam Tahun 2021".

## 2. METODE

Penelitian yang dilakukan menggunakan metode penelitian Deskriptif Korelasi dengan

menggunakan pendekatan *Cross Sectional* untuk mengetahui ada tidaknya hubungan hasil dari *Independend* dan *Dependen* pada penelitian ini. Penelitian ini dilakukan di Rs Grandmed Lubuk Pakam Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh pasien *Rheumatoid Arthritis* rawat inap di Rs Grandmed Lubuk Pakam dengan menggunakan teknik sampel yaitu total sampling dengan hasil sebanyak 25 orang responden. Penelitian ini menggunakan lembar Kuesioner dengan menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat kepercayaannya 95% apabila nilai  $p \leq \alpha(0,05)$ .

### 3. HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Usia dan Pendidikan pada pasien *Rheumatoid Arthritis* rawat inap di Rs Grandmed Lubuk Pakam.

NO	Karakteristik Responden	(F)	(%)
1	Jenis Kelamin		
	Laki-Laki	4	16%
	Perempuan	21	84%
	Total	25	100%
2	USIA		
	31-40	6	24%
	41-50	8	32%
	51-67	11	44%
	TOTAL	25	100%
3	PENDIDIKAN		
	SD	8	32%
	SMP	2	8%
	SMA	6	24%
	DIPLOMA	3	12%
	SARJANA	6	24%
	TOTAL	25	100%

Berdasarkan Tabel 1 responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 4 orang (16%) dan yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 21 orang (84%). Berdasarkan usia dari 31-40 tahun yaitu 6 orang (24%), yang berusia 41-50 tahun yaitu 8

Orang (32%), yang berusia 51-67 tahun 11 orang (44%). Berdasarkan pendidikan SD sebanyak 8 orang (32%), tingkat SMP sebanyak 2 orang (8%), tingkat SMA sebanyak 6 orang (24%), tingkat DIPLOMA sebanyak 3 orang (12%) dan tingkat sarjana sebanyak 6 orang (24%).

Tabel 2 Rata rata *Self Management* dan Kualitas Hidup pasien *Rheumatoid Arthritis* rawat inap di Rs Grandmed Lubuk Pakam

NO	Kategori	Frekuensi	Persen
1	<i>Self Management</i>		
	Cukup	18	72%
	Rendah	7	28%
	Total	25	100%
2	Kualitas Hidup		
	Buruk	8	32%
	Baik	17	68%
	Total	25	100%

Berdasarkan Tabel 2 responden yang memiliki *Self Management* cukup sebanyak 18 orang (72%) dan yang rendah sebanyak 7 orang (28%). Responden yang memiliki kualitas hidup baik sebanyak 17 orang (68%) dan responden yang kualitas hidupnya buruk sebanyak 8 orang (32%).

Tabel 3. Hubungan *Self Management* dengan Kualitas Hidup pasien *Rheumatoid Arthritis* di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam.

	Kualitas Hidup		Total	P value
	Buruk	Baik		
Self management	F	F	F	
Rendah	6	1	7	0,001
Cukup	2	16	18	
Total	8	17	25	

Dari 25 responden yang memiliki *Self Management* yang rendah dan kualitas hidupnya rendah sebanyak 6 orang (85,7%) yang baik sebanyak 1 orang (14,3%) dan *Self Management* yang cukup kualitas hidupnya buruk sebanyak 2 orang (11%) yang baik sebanyak 16 orang (88%). Berdasarkan uji statistic *Chi-Square* didapatkan bahwa nilai *pValue* 0.001. berarti *pValue* < 0,05, maka ada hubungan *Self Management* dengan Kualitas hidup pasien *Rheumatoid Arthritis* di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam Tahun 2021.

#### 4. PEMBAHASAN

##### a. Karakteristik Responden

*Rheumatoid Arthritis* merupakan penyakit kronis yang menyebabkan nyeri, kaku, bengkak, dan terbatasnya pergerakan dan fungsi banyak persendian. *Arthritis Rheumatoid* dapat mempengaruhi sendi manapun; sendi kecil pada tangan dan kaki seringkali paling terpengaruh. Pada *rheumatoid arthritis*, kekakuan biasanya paling parah di pagi hari (*American College of Rheumatology, 2016*). *Rheumatoid Arthritis* jauh lebih sering terjadi pada perempuan dibandingkan dengan laki-laki dengan rasio 3:1. perempuan lebih sering terkena *Osteoarthritis* lutut dan sendi dan laki-laki lebih sering terkena *osteoarthritis* paha, pergelangan tangan dan leher (Purwoastuti, 2019).

Menurut asumsi penelitian responden yang berpengetahuan rendah tentang penyakit *Rheumatoid Arthritis* adalah lansia karena lansia banyak yang tidak mengetahui dan mengerti tentang tanda, gejala dan faktor risiko penyebab *Rheumatoid Arthritis*. Responden tersebut hanya tau penyakit *Rheumatoid Arthritis* adalah penyakit yang dirasakan nyeri pada bagian tulang saja. Masih banyak masyarakat maupun lansia yang beranggapan dirinya jompo, rapuh, tidak perlu belajar, dan berlatih hal semacam inilah yang menimbulkan pengetahuan lansia rendah. Faktor umur yang sangat mempengaruhi responden didapatkan 44% responden

yang berusia 51-67 tahun. Faktor umur mempengaruhi terhadap dayatangkap dan pola pikir seseorang semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik dalam memperoleh informasi yang lebih banyak secara langsung Maupun tidak langsung akan menambah pengalaman dan akan meningkatkan pengetahuan.

Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan terhadap kesehatan adalah tingkat pendidikan. Di Rs Grandmed Lubuk Pakam di dapatkan bahwa dari 25 responden dari tingkat SD, SMP, SMA, D3, S1 di dapatkan bahwa responden tertinggi memiliki pendidikan ditingkat SD yaitu sebanyak 8 orang responden (32%) Bidiman (2011) menyatakan bahwa tingkat pendidikan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang. Semakin tinggi pendidikan maka seseorang akan cenderung untuk mendapatkan informasi baik dari orang lain maupun media social yang saat ini semakin canggih. Pengetahuan seseorang erat kaitannya dengan pendidikan tinggi, dengan tingkat pendidikan yang baik diharapkan dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan dan sikap responden dalam menerima dan memahami pengetahuan tentang yang dimiliki responden.

##### b. Hubungan *Self Management* dengan Kualitas Hidup pasien *Rheumatoid Arthritis* di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam

Dari 25 responden yang memiliki *Self Management* yang rendah dan kualitas hidupnya rendah sebanyak 6 orang (85,7%) yang baik sebanyak 1 orang (14,3%) dan *Self Management* yang cukup kualitas hidupnya buruk sebanyak 2 orang (11%) yang baik sebanyak 16 orang (88%). Berdasarkan uji *statistic Chi-Square* didapatkan bahwa nilai *pValue* 0.001. berarti *p Value* < 0,05, maka ada hubungan *Self Management* dengan Kualitas hidup pasien *Rheumatoid Arthritis* di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam Tahun 2021.

Berdasarkan penelitian yang didapatkan oleh peneliti pada pasien *Rheumatoid Arthritis* di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam Tahun 2021, bahwa mayoritas tingkat *Self Management* nya dalam kategori cukup baik. Hal ini didapatkan bahwa responden lebih rutin mengecek rematik, pola makan buah dan sayuran, terapi jahe pada persendian, dan Massage setiap pagi pada sendi yang sakit. Kemudian perawat juga berperan penting dalam meningkatkan pemahaman pasien mengenai pentingnya mempertahankan *Rheumatoid Arthritis* melalui *Self Management*.

Brealand (2011) menyebutkan program *Self Management* yang dapat ditempuh yaitu dengan program berupa intervensi dan pendidikan komprehensif pada klien. Penelitian yang sudah dilakukan menunjukkan bahwa program *Self-Management* pasien *Arthritis* berpengaruh dalam meningkatkan persepsi kondisi klien, kontrol penyakit, meningkatkan perilaku kesehatan yang berhubungan dengan status kesehatan, dan perubahan penggunaan sumber daya kesehatan. Pendidikan merupakan komponen yang sangat penting untuk program *Self Management*. Karena keterlibatan klien untuk pengobatan akan menentukan tindakan yang tepat (Van,2011). Penelitian Juli et al (2016) mengenai program *Self Management Arthritis* yang dilakukan dengan memberikan pendidikan *Self Management* pada pasien dengan *arthritis*.

*Self Management* merupakan kemampuan seseorang agar lebih baik dalam pengelolaan penyakit kronis agar dapat di maksimalkan kesehatannya dan kesejahteraannya, sedangkan kualitas hidup merupakan tolak ukur ideal yang sering dipakai dalam kondisi penyakit kronik, pengukuran konseptual yang dapat dilakukan mencakup kemampuan seseorang untuk mandiri dalam melakukan kegiatan sehari-hari, kelangsungan hidup serta kesejahteraan (Chaidir et al, 2017). *Self Management* harus konsisten

dilakukan untuk menghindari *Rheumatoid Arthritis* yang berdampak fatal bagi banyak orang di seluruh tubuh karena dapat menimbulkan dampak penderitaan berkepanjangan bagi pasien, baik secara fisik maupun mental, sehingga menurunkan Kualitas Hidupnya.

Hal ini di perkuat oleh penelitian Annisak Nuzul dkk tahun 2020 dengan judul " Hubungan Nyeri *Rheumatoid Arthritis* dengan Tingkat Kemandirian pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Tahun 2020" . hasil penelitian menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara nyeri *arthritisrheumatoid* dengan tingkat kemandirian pasien. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan nilai tentang kualitas hidup adalah baik. Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup pada responden adalah kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan hidupnya. Dari hasil penelitian ini dilihat bahwa mayoritas kualitas hidup pasien dipengaruhi oleh aspek hubungan sosial dan lingkungan responden merasa puas dengan hubungan sosialnya. Menurut peneliti jika tingkat *Self Management* pasien dirumah sakit semakin meningkat atau membaik maka jumlah angka ketergantungan rumah sakit pun semakin tinggi dan perlu di pertahankan pelayanan rumah sakit, agar pasien puas terhadap pelayanan. Maka diharapkan kepada petugas kesehatan untuk dapat memberikan informasi dan mengajak pasien *Rheumatoid Arthritis* agar dapat meningkatkan aktivitas *Self Management* dilakukan dengan optimal sehingga komplikasi dapat diminimalisir dan meningkatkan kualitas hidup pasien *Rheumatoid Arthritis* dapat menjala nkan hidup dengan normal. Bagi perawat diharapkan untuk meningkatkan kompetensi perawat dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien *Rheumatoid Arthritis* terkait aktivitas *Self Management*.



## 5. KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada Hubungan *Self Management* dengan Kualitas Hidup Pasien *Rheumatoid Arthritis* di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam Tahun 2021 dengan *pValue*  $0,001 < 0,05$ . Disarankan kepada pasien yang menderita *Rheumatoid Arthritis* agar lebih mengatur *Self Management* nya dengan Kualitas hidupnya yang lebih baik lagi seperti fisik dan psikologinya.

## DAFTAR PUSTAKA

Azizah (2020). *Penatalaksanaan rheumatoid arthritis pada petani wanita usia lanjut melalui pendekatan kedokteran keluarga*. medula. volume 9. nomor 4. Januari 2019.

Apriliyasari, W (2019) *Kemandirian Dalam Melakukan dan Kesehatan Masyarakat*. Vol.1.No.5-Oktober 2016.

Robbizaqtana, T.A. Kesoema, and R.I.A. Putri, (2020) *Gambaran kualitas hidup pada pasien rheumatoid arthritis di instalasi merpati penyakit dalam rsup dr.kariadi semarang.diponegoro medical journal (jurnal kedokteran diponegoro)*, Vol.8,no.3,pp.921-928, Aug.20

Liuw, F, F, Kandou, G. D, Malonda, N.S.H., Masyarakat, F.K., Sam, U, & Manado, R. (2017). Kualitas hidup pada penduduk di kelurahan kolongan kecamatan tomohon tengah kota tomohon kualitas hidup merupakan tingkat harapan hidup seseorang yang mencakup kondisi fisik seseorang, psikologi atau mental dan harapan hidup dan life style masyarakat.

Nuzul Annisak, Alini, Putri Eka Sudiarti (2020). *Hubungan nyeri arthritis rheumatoid dengan tingkat kemandirian pada lansia di wilayah kerja puskesmaskampar tahun 2020*. Jurnal Ners Volume 4 Nomor 2 Tahun 2020.

Platini Hesti, Indra Maulana, Udin Rosidin (2018). *Self management program of client with arthritis literature review*. jurnal kesehatan bakti tunas husada. volume 18 nomor 1 febuari 2018.

Rusmini Hetti, Annisa Primadiamiati, Dimas Rizki Oktavian (2018) *Gambar rasionalitas terapi awal pada pasien rheumatoid arthritis di poli penyakit dalam dan poli bedah tulang rsud a bdul moeloek provinsi lampung*. jurnal ilmu kedokteran dan kesehatan. volume 5.nomor 2. april 2018.