

**OPTIMALISASI STRATEGI MANAJEMEN DIRI PROGRAM CARE, LOVE AND BE HEALTHY KIDNEY (CLBK) DALAM MENINGKATKAN SELF-EFFICACY PASIEN PENYAKIT GINJAL KRONIS STADIUM V DI RSUD HARAPAN DAN DO'A KOTA BENGKULU**

**Yatimah<sup>1\*</sup>, Yayat Suryati<sup>2</sup>, Asep Badrujamaludin<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Magister Keperawatan, Universitas Jenderal Achmad Yani

<sup>2-3</sup>Program Studi Magister Keperawatan, Universitas Jenderal Achmad Yani

Email Korespondensi: yatimahmoet78@gmail.com

Disubmit: 13 September 2025

Diterima: 20 Juni 2026

Diterbitkan: 01 Juli 2026

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v8i7.22639>

**ABSTRACT**

*Stage V chronic kidney disease (CKD) is a progressive condition that requires renal replacement therapy, such as hemodialysis. Patients often experience physical and psychosocial challenges that can lower their self-efficacy, which is their confidence in managing their disease. Therefore, effective self-management strategies are needed to improve self-efficacy. This study aims to test the effectiveness of the Care, Love, and Be Healthy Kidney (CLBK) program in improving the self-efficacy of CKD patients. This study aims to test the effectiveness of the Care, Love, and Be Healthy Kidney (CLBK) program in improving the self-efficacy of Stage V CKD patients. This study used a quasi-experimental approach with a pre-post-test design with a control group. The sample consisted of 34 Stage V CKD patients undergoing hemodialysis at Harapan and Do'a Regional Hospital in Bengkulu City. The CLBK program was implemented for one month, with eight sessions for the intervention group, while the control group received standard care. The instrument used was the Chronic Kidney Disease Self-Efficacy (CKD-SE) questionnaire. The average self-efficacy score before the intervention in the control group was 170.29 with a standard deviation of 19.61. The average self-efficacy score after the intervention in the control group was 170.88 with a standard deviation of 19.27. Statistical tests yielded a p-value of 0.018 ( $p < 0.05$ ). The average self-efficacy score before the CLBK self-management intervention in the intervention group was 178.18 with a standard deviation of 25.09, and the average self-efficacy score after the CLBK self-management intervention was 213.14 with a standard deviation of 17.68. Statistical tests yielded a p-value of 0.000 ( $p < 0.05$ ). Self-management of the care, love and be healthy kidney (CLBK) program can increase the self-efficacy of CKD patients and is more effective than the control group.*

**Keywords:** Hemodialysis, Self-Management Of CLBK, Self-Efficacy.

**ABSTRAK**

Penyakit ginjal kronis (PGK) Stadium V merupakan kondisi progresif yang membutuhkan terapi pengganti ginjal, seperti hemodialisis. Pasien sering kali mengalami tantangan fisik dan psikososial yang dapat menurunkan *self-efficacy*

mereka, yaitu keyakinan diri untuk mengelola penyakit. Oleh karena itu, diperlukan strategi manajemen diri yang efektif untuk meningkatkan *self-efficacy*. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas program *Care, Love and Be Healty Kidney* (CLBK) dalam meningkatkan *self-efficacy* pasien PGK. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas program *Care, Love and Be Healty Kidney* (CLBK) dalam meningkatkan *self-efficacy* pasien PGK Stadium V. Penelitian ini menggunakan pendekatan *Quasi-eksperimen* dengan desain *pre-post-test with control grup*. Sampel terdiri dari pasien PGK Stadium V yang menjalani hemodialisis di RSUD Harapan dan Do'a Kota Bengkulu sebanyak 34 orang pada masing-masing kelompok. Pelaksanaan CLBK dilakukan selama 1 bulan dengan 8 kali pertemuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol diberikan perawatan standar. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner *Chronic Kidney Disease Self-Efficacy (CKD-SE)*. Rata-rata skor *self-efficacy* sebelum intervensi pada kelompok kontrol adalah 170,29 dengan standar deviasi 19,61, Rata-rata skor *self-efficacy* setelah intervensi pada kelompok kontrol adalah 170,88 dengan standar deviasi 19,27. Hasil uji statistik diperoleh nilai  $p = 0,018$  ( $p < 0,05$ ). Rata-rata skor *self-efficacy* sebelum intervensi manajemen diri CLBK pada kelompok intervensi adalah 178,18 dengan standar deviasi 25,09, kemudian rata-rata skor *self-efficacy* setelah intervensi manajemen diri CLBK adalah 213,14 dengan standar deviasi 17,68. Hasil uji statistik diperoleh nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Manajemen diri program *care, love and be healthy kidney (CLBK)* dapat meningkatkan *self-efficacy* pasien PGK dan lebih efektif dibandingkan dengan kelompok kontrol.

**Kata Kunci:** Hemodialisa, Manajemen Diri CLBK, Self-Efficacy.

## PENDAHULUAN

Penyakit ginjal kronis merupakan kondisi progresif dimana fungsi ginjal menurun secara bertahap selama waktu tertentu kemudian berkembang menjadi penyakit ginjal stadium akhir (Zhang et al., 2022). Tingginya prevalensi Penyakit ginjal kronis di seluruh dunia menjadi perhatian karena memberikan beban yang signifikan pada sistem perawatan kesehatan. Pada tahun 2021, Centers for Disease Control and Prevention (CDC) memperkirakan bahwa sekitar 37 juta orang di Amerika Serikat menderita penyakit ginjal kronis, yang setara dengan 15% dari populasi orang dewasa di negara tersebut (Uko & Frady, 2024). Hasil Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa terdapat 5.175 orang di Bengkulu yang menderita penyakit ginjal kronis. Dinas Kesehatan Kota

Bengkulu melaporkan adanya ± 639 pasien PGK yang menjalani terapi hemodialisis.

Penyakit ginjal kronis banyak menimbulkan komplikasi seperti hiperuremia, hiperkalemia, asidosis metabolik dan anemia yang berujung pada penyakit ginjal stadium V atau *End Stage of Renal Disease (ESRD)* dan harus menjalankan hemodialisa rutin (Listuhayu et al., 2023). Namun terapi hemodialysis memiliki beberapa komplikasi yang dapat menyertai pasien, seperti hipotensi, kram, mual dan muntah, sakit kepala, nyeri dada, nyeri punggung, dan gatal-gatal (Wahyuni, 2022). Penurunan kesehatan fisik, gangguan emosional, dan keterbatasan sosial secara bersamaan menurunkan kualitas hidup secara keseluruhan, yang dapat membuat pasien merasa frustrasi dan kurang berdaya (Hong et

al., 2024). PGK dapat menurunkan kepercayaan diri dan *self-efficacy* pasien, membuat mereka merasa kurang mampu mengendalikan kondisi mereka sendiri, yang berdampak negatif pada pengelolaan diri dan kepatuhan terhadap pengobatan (Campbell et al., 2022).

Perawat memiliki peran penting dalam manajemen diri dan edukasi pada pasien untuk memantau keadaan pasien dari pencegahan komplikasi dari penyakit ginjal kronis (Uko and Frady, 2024) (Uko & Frady, 2024). Hal ini dibutuhkan program intervensi keperawatan yang tidak hanya berfokus pada aspek fisiologis tetapi juga memperhatikan aspek psikologis dan sosial sangat penting untuk meningkatkan *self-efficacy* sehingga berpengaruh pada peningkatan kualitas hidup pasien PGK (Uko and Frady, 2024; Hong et al., 2024). Tenaga keperawatan diharapkan sebaiknya dapat memberikan edukasi yang komprehensif tentang cara meningkatkan pengetahuan dan tingkat *self-efficacy* pasien (Hafezieh et al., 2020).

Dukungan yang dibutuhkan pasien dengan Penyakit Ginjal Kronis (PGK) mencakup aspek fisik, psikologis, sosial, dan edukasi untuk membantu mereka menghadapi proses pengobatan dan meningkatkan kualitas hidup. Peneliti memperhatikan bahwa selain dukungan informasi pengetahuan tentang penyakit, diperlukan pendampingan keluarga dan motivasi tim medis untuk meningkatkan *self-efficacy* dan kepercayaan diri dalam pengelolaan penyakit yang harus dioptimalkan pada perawatan pasien PGK. Optimalisasi manajemen diri yang berbasis kepedulian (*Care*), kasih sayang (*Love*) dari keluarga dan tenaga kesehatan akan memberikan

kekuatan dalam perkembangan kesehatan pada pasien PGK (*Be Healthy Kidney*).

## TINJAUAN PUSTAKA

Penyakit ginjal kronik adalah cedera ginjal progresif dan mematikan yang mengganggu kekuatan ginjal untuk menjaga metabolisme, proporsi air, elektrolit, dan limbah nitrogen (Romagnani et al., 2017). Tahap akhir PGK ditandai dengan LFG < 15 ml/min/1.73m<sup>2</sup>, dimana ginjal tidak mampu mempertahankan homeostasis cairan, elektrolit, asam basa, dan ekskresi metabolit sisa (Lai et al., 2021). Pasien biasanya membutuhkan terapi pengganti ginjal (TPG) berupa hemodialisis, dialisis peritoneal, atau transplantasi ginjal (PERNEFRI, 2020).

Kondisi psikologis pasien penyakit ginjal kronis ditemukan *self-efficacy* sering menurun karena beberapa mekanisme, yaitu kelelahan kronis, penurunan stamina, sesak, gatal, dan nyeri (Mirmazhari et al., 2022). Gejala tersebut membuat pasien merasa sulit untuk melakukan aktivitas sehari-hari, sehingga keyakinan akan kemampuannya pun berkurang (Oktarina & Sulistiawan, 2022). Pasien harus menjalani diet ketat, pembatasan cairan, natrium, kalium, fosfat, minum banyak obat, serta dialysis (Pal et al., 2025). Kompleksitas ini dapat menimbulkan rasa kewalahan dan menurunkan rasa mampu.

PGK sering disertai depresi, kecemasan, atau stres karena perubahan gaya hidup (Rahayu et al., 2018). Kondisi psikologis negatif ini menggerus kepercayaan diri untuk mengelola penyakit. Biaya perawatan tinggi, ketergantungan pada keluarga, dan kehilangan

pekerjaan membuat pasien merasa tidak berdaya (Suarilah & CC, 2017). Perasaan ini memperkuat keyakinan bahwa dirinya tidak mampu mengontrol situasi (Noviana & Zahra, 2022). PGK bersifat kronis dan progresif, artinya sulit sembuh total. Mengetahui bahwa penyakit akan terus memburuk bisa membuat pasien merasa tidak punya kontrol, sehingga *self-efficacy* menurun (Campbell et al., 2022).

Manajemen diri pada pasien Penyakit Ginjal Kronis (PGK) merupakan kemampuan pasien untuk secara aktif mengatur, memantau, dan menjalani perawatan sehari-hari guna mempertahankan kondisi kesehatan serta mencegah komplikasi (Husain et al., 2022). Beberapa komponen utamanya yaitu manajemen pengobatan, manajemen gaya hidup & diet, pemantauan kesehatan dan manajemen psikososial (Lunardi et al., 2023). Tujuan manajemen diri untuk meningkatkan kepatuhan, mengurangi komplikasi, memperlambat progresivitas penyakit, serta menjaga kualitas hidup pasien PGK (Pratiwi et al., 2019).

Optimalisasi manajemen diri program CLBK pada pasien PGK bukan hanya fokus pada aspek medis, tetapi juga emosional, sosial, dan gaya hidup, sehingga lebih komprehensif dalam membantu pasien PGK menjalani terapi jangka Panjang (Donald et al., 2018). Aspek "Car"e dapat membantu pasien lebih terampil dalam merawat diri dalam mengatur diet, cairan, dan kepatuhan obat juga jadwal hemodialisis (Wild et al., 2017; Rahmanti and Sunarto, 2022). Aspek "Love" merupakan dukungan & kasih sayang yang dapat membantu pasien menghadapi stres, depresi, dan rasa tidak berdaya akibat PGK sehingga menumbuhkan rasa optimis,

semangat hidup, serta meningkatkan *self-efficacy* (Agustina, Kartika; Dewi, 2018; Listuhayu et al., 2023; Safi et al., 2024). Aspek "Be Healthy" yaitu gaya hidup sehat membentuk perilaku hidup sehat seperti olahraga ringan, berhenti merokok, menghindari makanan tinggi natrium, kalium dan fosfat (Agustina, Kartika; Dewi, 2018; Maneesri et al., 2023), sehingga menguatkan kesadaran pasien bahwa mereka mampu menjaga kesehatan meskipun menjalani dialisis.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui distribusi frekuensi karakteristik (usia, jenis kelamin, dukungan keluarga) pasien PGK stadium V, kemudian untuk mengetahui perbedaan skor *self-efficacy* sebelum dan setelah intervensi pada kelompok kontrol dan intervensi, setelah itu membandingkan hasil skor *self-efficacy* setelah intervensi antara kelompok kontrol dan intervensi di RSUD Harapan dan Do'a Kota Bengkulu. Pertanyaan penelitian ini yaitu Apakah ada pengaruh manajemen diri CLBK terhadap *self-efficacy* pasien PGK RSUD Harapan dan Do'a Kota Bengkulu?

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan desain quasi eksperimen *pre-posttest with control group*. Penelitian yang di laksanakan adalah dengan memberikan intervensi Manajemen diri CLBK lalu menilai skor *self-efficacy* y sebelum dan setelah intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol, kemudian membandingkan *self-efficacy* setelah intervensi antara dua kelompok tersebut.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien penyakit ginjal

kronis stadium V yang dirawat dan dihemodialisis di RSUD Harapan dan Do'a Kota Bengkulu. Besar sampel dalam penelitian ini ditentukan dengan menggunakan rumus uji hipotesis beda rata-rata pada dua kelompok berpasangan, didapatkan jumlah sampel sebesar 34 pada masing-masing kelompok. Teknik pengambilan sampel menggunakan dengan teknik *purposive sampling*. Sampel dipilih berdasarkan kriteria inklusi yaitu pasien dengan diagnosa PGK stadium V, menjalani hemodialisis dan bisa baca tulis. Kriteria eksklusi pada penelitian ini yaitu pasien dengan penurunan kesadaran, Tekanan darah sistolik lebih dari 200 mmHg atau diastolik lebih dari 110 mmHg dan Pasien PGK dengan masalah musculoskeletal.

Hasil uji etik pada penelitian ini dinyatakan laik etik yang diterbitkan dari komisi etik penelitian kesehatan Fakultas Ilmu dan Teknologi Kesehatan (FITKes) Universitas Jenderal Achmad Yani Cimahi dengan nomor 09/KEPK/FITKes-Unjani/VIII/2025.

Instrumen variabel dukungan keluarga telah di uji validitas oleh Sriyati (2017) dengan hasil setiap item pernyataan memiliki nilai diatas  $r$  tabel (0,135) dan *alfa Cronbach* sebesar 0,88. Hal ini berarti kuesioner ini memenuhi syarat validitas dan reabilitas untuk digunakan. Instrumen *CKD self-efficacy (CKD-SE) questionnaire* validitas telah diselidiki dengan hasil setiap item pernyataan memiliki nilai diatas  $r$  tabel (0,643) dan uji reabilitas telah dihitung menggunakan *alfa Cronbach* sebesar 0,97 (Safi et. al (2024).

Analisis univariat ditampilkan dengan distribusi frekuensi pada variable usia, jenis kelamin dan dukungan keluarga. Analisis bivariat menggunakan uji *Paired T-Test* untuk melihat perbedaan skor rata-rata *self-efficacy* sebelum dan setelah intervensi, dan *Independen T-Test* untuk membandingkan skor rata-rata setelah intervensi CLBK antara dua kelompok. Pengolahan data menggunakan perangkat lunak IBM SPSS Statistic 25.

## HASIL PENELITIAN

**Tabel 1**  
Distribusi responden menurut usia, jenis kelamin dan dukungan keluarga

Karakteristik	Kelompok Kontrol		Kelompok Intervensi	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
<b>Usia</b>				
19-59 tahun	23	67,6	29	85,3
60-69 tahun	10	29,4	5	14,7
70-79 tahun	1	2,9	0	0
<b>Jenis kelamin</b>				
Laki-laki	21	61,8	19	55,9
Perempuan	13	38,2	15	44,1
<b>Dukungan keluarga</b>				
Cukup baik	14	41,2	11	32,4
Baik	20	58,8	23	67,6
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>100</b>	<b>34</b>	<b>100</b>

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa usia responden sebagian besar pada 19 - 59 tahun baik pada kelompok kontrol sebesar 67,6% dan kelompok intervensi yaitu sebesar 85,3%. Jenis kelamin responden sebagian besar didominasi oleh laki-laki, pada kelompok kontrol sebesar

61,8% dan kelompok intervensi sebesar 55,9%. Dukungan keluarga responden sebagian besar baik untuk semua kelompok, 58,8% pada kelompok kontrol, kemudian 67,6% pada kelompok intervensi.

**Tabel 2**  
Perbedaan *self-efficacy* pada pengukuran *pre-test* dan *post-test* antara kelompok kontrol dan intervensi

Kelompok	N	Mean	SD	P value
<b>Kontrol</b>				
<i>Pre test</i>	34	170,29	19,61	0,018
<i>Post test</i>		170,88	19,27	
<b>Intervensi</b>				
<i>Pre test</i>	34	178,18	25,09	0,000
<i>Post test</i>		213,14	17,68	

Pada tabel 2 dari hasil penelitian didapatkan rata-rata skor *self-efficacy* sebelum intervensi pada kelompok kontrol adalah 170,29 dengan standar deviasi 19,61. Rata-rata skor *self-efficacy* setelah intervensi pada kelompok kontrol adalah 170,88 dengan standar deviasi 19,27. Hasil uji statistik diperoleh nilai  $p = 0,018$  ( $p < 0,05$ ) maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara rata-rata skor *self-efficacy* sebelum dan setelah intervensi. Pengukuran dilakukan dengan menggunakan uji statistik *Paired T-Test*.

Rata-rata skor *self-efficacy* sebelum intervensi manajemen diri CLBK pada kelompok intervensi adalah 178,18 dengan standar deviasi 25,09, kemudian rata-rata skor *self-efficacy* setelah intervensi manajemen diri CLBK adalah 213,14 dengan standar deviasi 17,68. Hasil uji statistik diperoleh nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara rata-rata skor *self-efficacy* sebelum dan setelah intervensi manajemen diri CLBK. Pengukuran dilakukan dengan menggunakan uji statistik *Paired T-Test*.

**Tabel 3**  
Analisis perbandingan skor *self-efficacy* antara kelompok kontrol dan intervensi

Variabel/kelompok	N	Mean	SD	T	P value
<i>self-efficacy Post test</i>					
Kontrol	34	170,8 8	19,27	-9,442	0,000
Intervensi	34	181,7 1	19,68		

Tabel 3 menunjukkan rata-rata skor *self-efficacy* pada kelompok kontrol setelah pemberian intervensi perawatan standar adalah 170,88. skor *self-efficacy* pada kelompok Intervensi lebih tinggi yaitu 213,24. Hasil analisis selanjutnya

disimpulkan adanya peningkatan skor *self-efficacy* yang bermakna pada pengukuran setelah intervensi manajemen diri CLBK pada responden intervensi dengan nilai  $p=0,000$  ( $p < 0,05$ ).

## PEMBAHASAN

### Karakteristik responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa usia responden sebagian besar pada 19 - 59 tahun baik pada kelompok kontrol dan intervensi, dimana rentang usia tersebut merupakan usia dewasa dan produktif. Fungsi ginjal menurun seiring bertambahnya usia karena laju filtrasi glomerulus (GFR) menurun  $\pm 1$  mL/menit/tahun setelah usia 40 tahun, kemudian truktur ginjal juga mengalami perubahan seperti sklerosis glomerulus dan penurunan jumlah nefron (Anggraini, 2022; Rachmah et al., 2023). Penelitian Ismoyowati (2018) juga menunjukkan data usia pasien PGK diatas 45 tahun sebesar 66,7%, prevalensi PGK tinggi pada usia ini karena dipengaruhi oleh beberapa faktor yang berkontribusi seperti infeksi gromerulonefritis kronis yang merupakan penyebab utama PGK pada negara berkembang. Selain itu, PGK disebabkan penyakit lain seperti diabetes melitus dan hipertensi (Nurhayati & Ritianingsih, 2022). Orang dewasa lebih sering mengonsumsi makanan tidak sehat dan minuman manis, gaya hidup yang tidak aktif, termasuk kurang olahraga, sering dikaitkan dengan obesitas dan dyslipidemia, gaya hidup alkohol berlebihan diketahui secara umum meningkatkan risiko hipertensi dan kerusakan ginjal (Rachmah et al., 2023).

Jenis kelamin responden sebagian didominasi oleh laki-laki,

baik pada kelompok kontrol maupun pada kelompok intervensi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya, Dzulhidayati and Juliandi (2019) melaporkan jenis kelamin laki-laki sebagian besar (62,3%) mengalami PGK. Simatupang and Cahya (2019) juga menunjukkan hal yang sama pada hasil risetnya dengan melaporkan 60% pasien PGK berjenis kelamin laki-laki. Perbedaan hormon antara laki-laki dan perempuan dapat menjadi salah satu factor penyebabnya adalah hormon estrogen pada perempuan memiliki efek protektif terhadap ginjal karena dapat mengurangi fibrosis, inflamasi, dan stres oksidatif, sedangkan Testosteron pada laki-laki justru dapat mempercepat kerusakan jaringan ginjal (Ouyang et al., 2022). Gaya hidup dan kebiasaan juga dapat berpengaruh pada PGK, laki-laki lebih sering merokok, konsumsi alkohol, diet tinggi protein, serta pekerjaan dengan paparan zat kimia, semua ini meningkatkan risiko kerusakan ginjal (Ismoyowati, 2018; Rachmah et al., 2023). Laju filtrasi glomerulus (GFR) laki-laki cenderung menurun lebih cepat dibanding perempuan. Struktur ginjal laki-laki lebih rentan terhadap sklerosis glomerulus (Anggraini, 2022; Bahjat et al., 2022).

Dukungan keluarga responden sebagian besar baik untuk semua kelompok. Berdasarkan hasil dari kuesioner dukungan keluarga dari responden pada penelitian ini

didapatkan rata-rata responden sering merasa keluarga tetap mencintai dan memperhatikan keadaan responden selama sakit, keluarga mendampingi saat tindakan hemodialisis dan pengontrolan jumlah cairan yang dikonsumsi responden. Keluarga menyediakan waktu dan fasilitas jika responden memerlukan untuk pembatasan cairan sehari-hari. Keluarga berperan aktif dalam menyiapkan dan mengingatkan jumlah cairan yang responden konsumsi setiap hari. Keluarga memberikan informasi, mengingatkan tentang komplikasi kepada responden dalam mengontrol cairan. Dukungan keluarga yang baik dapat membuat pasien PGK lebih patuh pada pengobatan, mampu mengontrol emosinya, menjalani pola hidup sehat, dan memiliki kualitas hidup lebih baik.

Juwita and Kartika (2019) melakukan studi kualitatif pada pasien PGK yang menjalani hemodialisa, pasien PGK menjelaskan pengalaman dukungan keluarga mereka saat menjalani pengobatan yaitu selalu didampingi dan diberi semangat dari keluarga, mendapatkan motivasi dari anak, adanya pengawasan keluarga, selalu didampingi oleh keluarga saat menjalani hemodialisa. Penelitian Wijayanti *et al* (2018) menjelaskan dukungan keluarga yang diperoleh pasien PGK pada penelitiannya menunjukkan cukup baik (63,4%). Dukungan keluarga dalam penelitian tersebut dilaporkan peneliti yaitu sebagian sudah memenuhi dukungan emosional, yaitu keluarga menerima segala kondisi yang dihadapi pasien, ikut merasakan kesulitan seperti kondisi yang dirasakan pasien, bertekad untuk mendampingi pasien sampai kondisinya lebih baik, merasakan masalah yang dihadapi oleh pasien, merasa turut

bertanggung jawab atas perawatan pasien.

### **Perbedaan skor *self-efficacy* pada pengukuran *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol dan intervensi**

Hasil statistik menunjukkan kedua kelompok signifikan terhadap intervensi yang diberikan pada pasien PGK. Optimalisasi strategi manajemen diri pada Program CLBK mengajarkan edukasi tentang penyakit, memandu kegiatan fisik ringan, edukasi rohani dan *family gathering*. Program CLBK memberikan pengalaman dalam manajemen diri seperti pasien belajar memantau gejala, mengatur diet, mengontrol cairan, dan mengikuti jadwal obat/dialisis. Ketika berhasil melakukannya seperti cairan terkontrol, hasil laboratorium membaik, pasien mendapat pengalaman keberhasilan. Pengalaman keberhasilan ini merupakan faktor terkuat peningkatan *self-efficacy*. Program CLBK dilakukan dalam edukasi kelompok atau pendampingan, sehingga pasien bisa belajar dari pengalaman pasien lain, hal ini bisa meningkatkan keyakinan bahwa dirinya mampu berhasil seperti dengan lainnya. Dalam intervensi, perawat atau pendidik kesehatan sering memberi dorongan positif, motivasi, dan umpan balik konstruktif (Juwita & Kartika, 2019). Konsultasi dokter yang dilakukan memberikan pasien pengetahuan yang akurat dan jelas mengenai penyakit, pengobatan, dan perawatan mandiri. Ketika pasien merasa memiliki pemahaman yang baik, mereka akan lebih percaya diri dalam membuat keputusan terkait kesehatan, yang merupakan inti dari *self-efficacy*. Ini juga dapat memberdayakan pasien untuk

menjadi mitra yang setara dengan tim medis.

Khwanchum *et al* (2024) Khwanchum *et al* (2024) dalam penelitiannya melakukan *Nurse-led Self and Family Management Support Program* (N-SFSP) terhadap manajemen diri pada pasien PGK. Hasil penelitian mereka menunjukkan bahwa setelah menerima N-SFSP, para peserta memiliki manajemen diri yang lebih baik daripada mereka yang tidak menerimanya sebelum menerimanya. Untuk mendukung proses manajemen diri, pasangan dewasa dengan PGK dan anggota keluarga mereka menerima pendidikan dan pelatihan keterampilan tentang manajemen diri PGK dari perawat. Ketika dibekali dengan pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan, individu dapat mengatur diri sendiri untuk merefleksikan kinerja mereka guna meningkatkan perilaku mereka dan mencapai tujuan mereka dalam melakukan tugas-tugas manajemen diri.

Pada kelompok kontrol, walaupun hanya mengikuti prosedur standar, pasien tetap melalui pengalaman mengatasi efek samping dialisis, mengikuti aturan minum obat, atau membatasi cairan. Keberhasilan melewati tantangan sehari-hari menjadi pengalaman keberhasilan (*mastery experience*) yang bisa meningkatkan keyakinan diri (Sitepu *et al.*, 2024). Jadi, meskipun perawatan standar tidak seintensif intervensi manajemen diri, tetap ada mekanisme yang membantu meningkatkan *self-efficacy* melalui edukasi dasar, dukungan rutin, pengalaman langsung, dorongan tenaga kesehatan, dan adaptasi psikologis.

Ismoyowati (2018) dalam penelitiannya menjelaskan peningkatan *self-efficacy*

memberikan dampak secara emosional atau psikologis, secara sosial pasien dapat menjalankan perannya dalam kehidupan sehari-hari sehingga selanjutnya diharapkan pasien dapat mengalami peningkatan kualitas hidup. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa pemberdayaan memiliki dampak terhadap perbaikan *self-efficacy*, kualitas hidup, menstabilkan tekanan darah dan menurunkan IDWG. Pemberdayaan pada pasien hemodialisa berpengaruh secara signifikan terhadap total *self-efficacy* dengan p value = 0,001. Safi *et al* (2024) menjelaskan dalam penelitiannya, tingkat *self-efficacy* pasien hemodialisis menunjukkan nilai rata-rata sebesar 171,63 dengan standar deviasi 38,19 pada skala yang memiliki rentang skor 25 hingga 250. Penelitian ini menemukan korelasi positif yang signifikan antara *self-efficacy* pasien dengan dukungan sosial yang mereka rasakan dan ketahanan keluarga mereka, hal ini menunjukkan bahwa secara umum, pasien merasa cukup percaya diri dalam mengelola aspek-aspek perawatan diri mereka, seperti kemandirian, organisasi, pemecahan masalah, dan pencarian dukungan sosial. *Self-efficacy* pasien dalam studi ini cukup tinggi dan terkait erat dengan faktor sosial dan keluarga yang mendukung, yang penting untuk keberhasilan pengelolaan penyakit kronis seperti penyakit ginjal. Sitepu *et al.*, (2024) melalui hasil penelitian yang sudah dilaksanakan menjelaskan bahwa didapatkan hasil yang membuktikan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* dengan kualitas hidup pasien penyakit ginjal kronik yang dirawat di RS Grandmed Lubuk Pakam, dengan hasil uji statistik menunjukkan p-value = 0,000 (p<0,05).

### Analisis perbedaan *self-efficacy* pasien PGK setelah intervensi manajemen diri CLBK pada kelompok kontrol dan intervensi

Rata-rata selisih skor *self-efficacy* pada kelompok kontrol adalah 0,59, sedangkan pada kelompok intervensi 35,06. Hasil analisis didapatkan nilai nilai  $p=0,000$  ( $p < 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan bermakna antara selisih skor *self-efficacy* antara kelompok kontrol dan intervensi. Jika dibandingkan dengan hasil selisih skor *self-efficacy* antara sebelum dan setelah intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol terlihat selisih jauh lebih besar pada kelompok intervensi. Kelompok intervensi mendapatkan intervensi yang banyak perhatian dari keluarga dan pelayanan kesehatan dengan program CLBK, dilihat dari kuesioner yang diisi oleh responden, rata-rata terjadi peningkatan skor *self-efficacy* sebesar 35 poin (14 %) setelah diberikan intervensi manajemen diri program CLBK. Hal ini menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap *self-efficacy* pasien PGK.

Rata-rata peningkatan skor *self-efficacy* pada setiap pernyataan pada kuesioner menunjukkan peningkatan, ada beberapa peningkatan yang cukup tinggi dibandingkan yang lain yaitu peningkatan rata-rata sebesar 3,53% pasien PGK didapatkan pada pernyataan 1 yaitu responden dapat menerima keadaan menderita PGK, kemudian pada pernyataan 2 meningkat 3,24 % yaitu merasa nyaman memberi tahu dokter bahwa menderita penyakit PGK. 2,06 % skor meingkat pada pernyataan 3 yaitu pasien PGK dapat menghadapi tantangan hidup dengan PGK. Pada pernyataan 4 juga meningkat rata-rata 2,65% dimana pasien PGK

merasa nyaman memberi tahu orang lain bahwa menderita PGK, pada pernyataan 7 rata-rata skor meningkat sebesar 2,35% yang menyatakan pasien PGK dapat dengan nyaman bertanya kepada penyedia layanan kesehatan tentang kondisi penyakit yang sedang dialami. Hasil kuesioner tersebut menunjukkan peningkatan *self-efficacy* pasien PGK pada domain Otonomi.

Konsultasi dokter, terutama dalam konteks program CLBK yang terstruktur, memberikan pasien dan keluarga ruang untuk bertanya dan mendapatkan dukungan profesional. Hal ini memperkuat temuan bahwa dukungan keluarga memiliki pengaruh positif pada *self-efficacy*. Dokter dapat memberikan validasi dan arahan yang meyakinkan kepada pasien dan keluarga, sehingga keyakinan bersama dalam menghadapi penyakit semakin meningkat. Pasien PGK dapat mematuhi rekomendasi rencana diet bahkan ketika makan diluar didapatkan rata-rata meningkat 2,35% (pernyataan 10). Pasien PGK menyatakan dapat berpartisipasi dalam kegiatan sosial yang sesuai meningkat sebesar 2,06% (pernyataan 15). Hasil kuesioner tersebut menunjukkan peningkatan *self-efficacy* pasien PGK pada domain integrase diri. Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menyimpulkan intervensi manajemen diri program CLBK lebih tinggi berpengaruh pada domain otonomi dan integrasi diri pasien PGK.

Beberapa hal yang dapat dijelaskan pada hasil penelitian ini yaitu manajemen diri memberi kesempatan individu untuk mencoba strategi, melihat keberhasilan kecil, dan merasakan kontrol. Keberhasilan kecil ini adalah sumber paling kuat peningkatan *self-efficacy*. Pada

kelompok kontrol, pengalaman langsung mengelola diri lebih sedikit. Program CLBK melibatkan edukasi, diskusi, atau konseling sehingga pasien PGK menerima dorongan verbal (*verbal persuasion*), sedangkan pada kelompok kontrol cenderung kurang mendapat kesempatan tersebut. Latihan relaksasi, pengaturan pola makan, aktivitas fisik, dan teknik coping dalam manajemen diri membantu mengurangi stress maupun ansietas. Kondisi emosi yang lebih baik meningkatkan keyakinan diri. Perawatan standar seringkali tidak cukup menekankan aspek psikososial. Manajemen diri menumbuhkan rasa mampu mengendalikan kondisi diri sendiri, bukan sekadar bergantung pada tenaga kesehatan. Hal ini berkontribusi langsung pada peningkatan *self-efficacy*.

Hasil penelitian sebelumnya juga menjelaskan hal yang sejalan dengan hasil penelitian ini. Chuang *et al* (2021) juga membandingkan antara kelompok intervensi dan kontrol, dimana ditemukan dampak kelompok intervensi terhadap peningkatan *self-efficacy* lebih signifikan dibandingkan kelompok kontrol, hal ini karena intervensi yang diberikan secara langsung menargetkan faktor-faktor yang mempengaruhi keyakinan diri pasien, seperti peningkatan dukungan sosial, resiliensi keluarga, dan keterampilan manajemen diri. Ayat Ali *et al* (2021) menjelaskan dalam hasil penelitiannya bahwa Intervensi manajemen diri menawarkan strategi untuk menunda perkembangan CKD dan untuk mendorong motivasi untuk mengelola diri sendiri dengan lebih baik di rumah dibandingkan dengan kelompok control yang hanya menerima perawatan standar.

Peneliti berasumsi bahwa intervensi manajemen diri program CLBK lebih efektif karena melibatkan pasien secara aktif, memberikan pengalaman langsung, membangun dukungan sosial, mengurangi hambatan emosional, dan meningkatkan rasa kontrol. Sedangkan perawatan standar cenderung terbatas pada instruksi pasif tanpa memberi ruang besar bagi pembelajaran mandiri.

Hasil penelitian memberikan informasi bahwa manajemen diri program *care, love and be healthy kidney* (CLBK) berpengaruh terhadap *self-efficacy* pada pasien PGK stadium V yang menjalani hemodialysis. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan metode edukasi pada pprogram CLBK yang berbeda seperti edukasi yang berbasis teknologi. Pelaksanaan penelitian dengan metode RCT dapat diterapkan untuk selanjutnya. Perlu penelitian lanjutan dengan jumlah sampel lebih besar dan jangka waktu lebih panjang untuk melihat dampak program manajemen diri terhadap kualitas hidup pasien PGK.

## KESIMPULAN

Responden dalam penelitian ini sebagian memiliki umur pada rentang 19-59 tahun. Sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki. Sebagian besar responden memiliki dukungan keluarga yang baik pada semua kelompok. Ada pengaruh manajemen diri program *care, love and be healthy kidney* (CLBK) terhadap *self-efficacy* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Ada pengaruh perawatan standar terhadap *self-efficacy* pada kelompok intervensi. Terdapat perbedaan yang bermakna antara skor rata-rata *self-efficacy* pada kelompok intervensi dengan

kelompok kontrol setelah mengikuti program CLBK.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, Kartika; Dewi, T. K. (2018). Strategi Coping pada Family Caregiver Pasien Gagal Ginjal Kronis yang menjalani Hemodialisa. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 02(03), 7-16. <http://journal.unair.ac.id/strategi-coping-pada-family-caregiver-pasien-gagal-ginjal-kronis-yang-menjalani-hemodialisa-article-8761-media-51-category-10.html>
- Anggraini, D. (2022). Aspek Klinis Dan Pemeriksaan Laboratorium Penyakit Ginjal Kronik. *An-Nadaa Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 236. <https://doi.org/10.31602/ann.v9i2.9229>
- Ayat Ali, A. S., Lim, S. K., Tang, L. Y., Rashid, A. A., & Chew, B. H. (2021). The effectiveness of nurse-led self-management support program for people with chronic kidney disease stage 3-4 (CKD-NLSM): Study protocol for a randomized controlled trial. *Science Progress*, 104(2). <https://doi.org/10.1177/00368504211026159>
- Bahjat, M., Ahmed, M. H., & Hassan, M. saad. (2022). Diabetes And Chronic Renal Failure: A Relationship. *Journal of Advanced Sciences and Nanotechnology*, 1(4), 141-146. <https://doi.org/10.55945/joant.2022.1.4.141-146>
- Campbell, Z. C., Dawson, J. K., Kirkendall, S. M., McCaffery, K. J., Jansen, J., Campbell, K. L., Lee, V. W. S., & Webster, A. C. (2022). Interventions for improving health literacy in people with chronic kidney disease. In *Cochrane Database of Systematic Reviews* (Vol. 2022, Issue 12). John Wiley and Sons Ltd. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD012026.pub2>
- Chuang, L. M., Wu, S. F. V., Lee, M. C., Lin, L. J., Liang, S. Y., Lai, P. C., & Kao, M. C. (2021). The effects of knowledge and self-management of patients with early-stage chronic kidney disease: Self-efficacy is a mediator. *Japan Journal of Nursing Science*, 18(2), 0-1. <https://doi.org/10.1111/jjns.12388>
- Donald, M., Kahlon, B. K., Beanlands, H., Straus, S., Ronksley, P., Herrington, G., Tong, A., Grill, A., Waldvogel, B., Large, C. A., Large, C. L., Harwood, L., Novak, M., James, M. T., Elliott, M., Fernandez, N., Brimble, S., Samuel, S., & Hemmelgarn, B. R. (2018). Self-management interventions for adults with chronic kidney disease: A scoping review. In *BMJ Open* (Vol. 8, Issue 3). BMJ Publishing Group. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2017-019814>
- Dzulhidayati, & Juliandi. (2019). Hubungan Kepatuhan Pasien Menjalani Terapi Hemodialisa Dengan Tingkat Depresi Pasien Gagal Ginjal Kronik Di RSUP. H. Adam Malik Medan Tahun 2019. *Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan*.
- Husain, F., Imamah, I. N., & Hamdani, D. (2022). Strategi Peningkatan Manajemen Diri Pasien Penyakit Ginjal Tahap Akhir Yang Menjalani Hemodialisis. *Jurnal Ilmu*

- Keperawatan Medikal Bedah*, 5(1), 62-71.  
<https://doi.org/10.32584/jikmb.v5i1.1525>
- Ismoyowati, T. W. (2018). Pengaruh Acceptance and Commitment Therapy Terhadap Perubahan Kecemasan Dan Selfefficacy Pada Pasien Dengan Hemodialisa Di Rs Sint Carolus Jakarta. *Jurnal Kesehatan*, 5(2), 44-58.  
<https://doi.org/10.35913/jk.v5i2.95>
- Juwita, L., & Kartika, I. R. (2019). Pengalaman Menjalani Hemodialisa Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis. *Jurnal Endurance*, 4(1), 97.  
<https://doi.org/10.22216/jen.v4i1.3707>
- Khwanthum, R., Pothiban, L., Wonghongkul, T., & Lirtmulikaporn, S. (2024). Effectiveness of the Nurse-led Self and Family Management Support Program among Adults with Early-stage Chronic Kidney Disease: A Randomized Controlled Trial. *Pacific Rim International Journal of Nursing Research*, 28(1), 219-233.  
<https://doi.org/10.60099/prijnr.2024.264735>
- Lai, P. C., Wu, S. F. V., Alizargar, J., Pranata, S., Tsai, J. M., & Hsieh, N. C. (2021). Factors influencing self-efficacy and self-management among patients with pre-end-stage renal disease (Pre-esrd). *Healthcare (Switzerland)*, 9(3).  
<https://doi.org/10.3390/healthcare9030266>
- Listuhayu, D., Kurniawan, T., & Nursiswati, N. (2023). Edukasi Manajemen Diri Pada Pasien Dengan Chronic Kidney Disease: Studi Kasus. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(8), 2912-2921.  
<https://doi.org/10.55681/sentri.v2i8.1305>
- Lunardi, L. E., Hill, K., Xu, Q., Le Leu, R., & Bennett, P. N. (2023). The effectiveness of patient activation interventions in adults with chronic kidney disease: A systematic review and meta-analysis. *Worldviews on Evidence-Based Nursing*, 20(3), 238-258.  
<https://doi.org/10.1111/wvn.12634>
- Maneesri, S., Masingboon, K., & Chaimongkol, N. (2023). Effectiveness of Individual and Family Self-Management Combined mHealth Program for People with Stage 3 Chronic Kidney Disease: A Randomized Controlled Trial. *Pacific Rim International Journal of Nursing Research*, 27(1), 169-184.
- Mirmazhari, R., Ghafourifard, M., & Sheikhalipour, Z. (2022). Relationship between patient activation and self-efficacy among patients undergoing hemodialysis: a cross-sectional study. *Renal Replacement Therapy*, 8(1), 1-11.  
<https://doi.org/10.1186/s41100-022-00431-6>
- Noviana, C. M., & Zahra, A. N. (2022). Social support and self-management among end-stage renal disease patients undergoing hemodialysis in Indonesia. *Journal of Public Health Research*, 11(2), 45-49.  
<https://doi.org/10.4081/jphr.2021.2733>
- Nurhayati, F., & Ritianingsih, N. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stress Dan Kecemasan Pada Pasien Penyakit Ginjal Kronik Dengan

- Hemodialisis. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 14(1), 206-214. <https://doi.org/10.34011/jurisksesbdg.v14i1.2031>
- Oktarina, Y., & Sulistiawan, A. (2022). Self-efficacy and Quality of Life in Chronic Renal Failure Persons on Hemodialysis. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(2), 369-374. <https://doi.org/10.30604/jika.v7i2.910>
- Ouyang, W. wei, Chen, H. fen, Xu, X. yi, Zhang, X. long, Fu, L. zhe, Tang, F., Wen, Z. huai, Marrone, G., Liu, L. chang, Lin, J. xia, Liu, X. sheng, & Wu, Y. fan. (2022). Self-management program for patients with chronic kidney disease (SMP-CKD) in Southern China: protocol for an ambispective cohort study. *BMC Nephrology*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12882-022-02700-2>
- Pal, S., Panduragan, S. L., Said, F. M., & Poddar, S. (2025). Effect of Self-management Intervention on Improvement of Quality of Life in Chronic Kidney Disease Patients: A Scoping Review. *The Open Nursing Journal*, 18(1), 1-14. <https://doi.org/10.2174/0118744346323309241009074442>
- PERNEFRI. (2020). 13th Annual Report of Indonesian Renal Registry 2020. *Indonesian Renal Registry (IRR)*, 13, 11. [https://www.indonesianrenalregistry.org/data/IRR 2018.pdf](https://www.indonesianrenalregistry.org/data/IRR%2018.pdf)
- Pratiwi, S. H., Sari, A., Kurniawan, T., & Keperawatan, F. (2019). KEPATUHAN MENJALANKAN MANAJEMEN DIRI PADA PASIEN HEMODIALISIS. In *Jurnal Perawat Indonesia* (Vol. 3, Issue 2).
- Rachmah, Q., Atmaka, D. R., Haryana, N. R., & Daud, Z. A. M. (2023). Predictors of chronic kidney disease among Indonesian adult population: Results from the 2018 Indonesia Basic Health Research. *F1000Research*, 12, 354. <https://doi.org/10.12688/f1000research.130649.1>
- Rahayu, F., Fernandez, T., & Ramlis, R. (2018). Hubungan Frekuensi Hemodialisis dengan Tingkat Stres pada Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 1(2), 139-153. <https://doi.org/10.31539/jks.v1i2.7>
- Rahmanti, A., & Sunarto. (2022). Penerapan Intervensi Self Care Management Untuk Mencegah Peningkatan interdialytic weight gain (IDWG) pada pasien hemodialisa. *Jurnal Jufdikes*, 4(1).
- Romagnani, P., Remuzzi, G., Glassock, R., Levin, A., Jager, K. J., Tonelli, M., Massy, Z., Wanner, C., & Anders, H. J. (2017). Chronic kidney disease. *Nature Reviews Disease Primers*, 3, 17089. <https://doi.org/10.1038/nrdp.2017.88>
- Safi, F., Areshtanab, H. N., Ghafourifard, M., & Ebrahimi, H. (2024). The association between self-efficacy, perceived social support, and family resilience in patients undergoing hemodialysis: a cross-sectional study. *BMC Nephrology*, 25(1). <https://doi.org/10.1186/s12882-024-03629-4>
- Simatupang, D., & Cahya, dearisa dwi. (2019). Hubungan Mekanisme Koping Dengan

- Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hemodialisa. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689-1699.
- Sitepu, S. D. E. U., Selamat Tuhta Sipayung, Raini Panjaitan, & Edi Kristianta Tarigan. (2024). The Relationship Between Self-efficacy and Quality Of Life and Anxiety In Patients With Chronic Kidney Failure Patients Undergoing Hemodialysis Therapy At Grandmed Hospital Lubuk Pakam. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (Jkf)*, 6(2), 373-379. <https://doi.org/10.35451/jkf.v6i2.1856>
- Suarilah, I., & CC, L. (2017). *Factors influencing self-management among Indonesian patients with early-stage chronic kidney disease: A cross-sectional study* (pp. 1-17). <https://doi.org/10.1111/jocn.15930>
- Uko, C., & Frady, R. B. (2024). Finerenone: Who Should Prescribe It for Chronic Kidney Disease? Nurse Practitioner Perspectives. *Journal for Nurse Practitioners*, 20(7), 105062. <https://doi.org/10.1016/j.nurpra.2024.105062>
- WIJAYANTI, D., Dinarwiyata, D., & Tumini, T. (2018). Self Care Management Pasien Hemodialisa Ditinjau Dari Dukungan Keluarga Di Rsud Dr.Soetomo Surabaya. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(2), 109. <https://doi.org/10.32831/jik.v6i2.162>
- Wild, M. G., Wallston, K. A., Green, J. A., Beach, L. B., Umeukeje, E., Wright Nunes, J. A., Ikizler, T. A., Steed, J., & Cavanaugh, K. L. (2017). The Perceived Medical Condition Self-Management Scale can be applied to patients with chronic kidney disease. *Kidney International*, 92(4), 972-978. <https://doi.org/10.1016/j.kint.2017.03.018>
- Zhang, F., Liao, J., Zhang, W., & Huang, L. (2022). Association Between Exercise Self-Efficacy and Health-Related Quality of Life Among Dialysis Patients: A Cross-Sectional Study. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.875803>