



MODUL

Hope Based Peer Group Intervention
pada **Pasien Penyakit Ginjal**
Tahap Akhir yang Menjalani
Hemodialisis



Hope

TIM PENYUSUN:

Ns. Nining Puji Astuti, S.Kep., Ns
Dr. Untung Sujianto, S.Kp., M.Kes
Ns. Henni Kusuma, M.Kep., Sp.Kep.MB
Annastasia Ediaty, S.Psi, M.Sc, PhD
Ns. Nugroho Lazuardi, S.Kep., M.Kep

FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
2020



MODUL :

Pelaksanaan *Hope Based Peer Support Group Intervention* terhadap Kebahagiaan pada Partisipan Penyakit Ginjal Tahap Akhir (PGTA) yang Menjalani Hemodialisis

Disusun Oleh :

Ns. Nining Puji Astuti, S.Kep

Dr. Untung Sujianto, S.Kp., M.Kes

Ns. Henni Kusuma, S.Kep., M.Kep., Sp.KMB

Annastasia Ediati, PhD

Nugroho Lazuardi, S.Kep., Ns., M.Kep

**PROGRAM STUDI MAGISTER KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG
2020**

Kata Pengantar

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan anugrah-Nya sehingga “**Modul Pelaksanaan Hope Based Peer Support Program Intervention Partisipan Penyakit Ginjal Tahap Akhir yang Menjalani Hemodialisis**” dapat tersusun. Modul ini merupakan suatu panduan penerapan Intervensi Harapan berbasis kelompok pada partisipan yang menjalani hemodialisis untuk meningkatkan kebahagiaan partisipan hemodialisis.

Hemodialisis seringkali berdampak pada bio-psiko-sosio-spiritual yang berdampak terganggunya kebahagiaan partisipan sehingga kualitas hidup partisipan hemodialisis semakin menurun. Kebahagiaan partisipan harus terus di optimalkan untuk meningkatkan imunitas partisipan dan meningkatkan kepatuhan partisipan dalam menjalani hemodialisa.

Intervensi harapan merupakan salah satu alternatif intervensi mandiri keperawatan yang berfokus kepada perubahan kognitif dan perilaku. Intervensi harapan berfokus pada *goal setting* (penetapan tujuan), *pathway setting* (pemecahan masalah), dan *agency (positive self-talk)*. Partisipan di ajak untuk mampu menetapkan tujuan yang masih sangat mungkin untuk dicapai dan selalu berfokus kepada keberhasilan dengan mencari solusi dalam pencapaian tujuan. Target utama intervensi dalam modul ini adalah partisipan memperoleh kebahagiaan sehingga mampu meningkatkan kualitas hidup PGTA. Penulis menyadari modul ini jauh dari kesempurnaan, sehingga masukan dan saran membangun sangat diperlukan demi kesempurnaan modul ini.

Semarang, Mei 2020

MODUL

***Hope Based Peer Group Intervention* pada Pasien Penyakit Ginjal Tahap Akhir yang Menjalani Hemodialisis**

Editor: Nining Puji Astuti

Desain Sampul dan Tata Letak: Henni Kusuma

Tim Penyusun:

1. Nining Puji Astuti
2. Untung Sujianto
3. Henni Kusuma
4. Annastacia Ediaty
5. Nugroho Lazuardi

Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro

Jl. Prof. H. Soedarto, S.H

Tembalang, Semarang, Jawa Tengah 50275

ISBN: 978-623-7222-73-6

Cetakan 1, Mei 2020

1 eksemplar, 20 x 50cm², 33 Halaman, 5.27” x 8.69”

Hak Cipta © 2020

Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro

Dilindungi Undang-Undang

Daftar Isi

Halaman Judul	i
Kata Pengantar	ii
Lembar Hak Cipta	iii
Daftar Isi	iv
BAB I PENDAHULUAN	
Hemodialisis	1
Tujuan	1
Manfaat	1
BAB II MATERI	
Konsep Harapan	2
Konsep Kebahagiaan	4
Intervensi Harapan	6
Jadwal Kegiatan	10
BAB III LEMBAR KERJA KEGIATAN	
Lembar Catatan Partisipan	14
Ilustrasi kegiatan	18
REFERENSI	28

BAB I

PENDAHULUAN

A. Hemodialisis

Hemodialisis merupakan salah satu terapi pengganti ginjal yang harus dijalani partisipan dengan penyakit ginjal tahap akhir sepanjang hidupnya. Hemodialisis harus dijalani oleh partisipan seumur hidup sehingga berdampak pada bio-psiko-sosio-spiritual yang mengakibatkan partisipan tidak bahagia. Kondisi bahagia perlu dimiliki oleh setiap partisipan hemodialisa untuk meningkatkan imunitas dan memotivasi partisipan dalam menjalani kehidupan. Salah satu intervensi keperawatan yang dapat digunakan untuk meningkatkan kebahagiaan partisipan penyakit ginjal tahap akhir adalah intervensi harapan. Intervensi harapan berfokus pada penentuan tujuan dan keberhasilan pencapaian tindakan sesuai dengan tujuan yang telah ditentukan. Intervensi harapan mengedepankan perubahan kognitif, perilaku dan emosional berdasarkan pada komponen harapan yaitu *goal*, *pathway* dan *agency*.

B. Tujuan

Adapun tujuan dari pembuatan modul ini yaitu:

1. Memberikan informasi mengenai pelaksanaan intervensi harapan.
2. Media pembelajaran bagi perawat dan partisipan mengenai pentingnya menggali harapan dalam meningkatkan kebahagiaan partisipan hemodialisa.

C. Manfaat

Intervensi harapan diharapkan dapat membantu partisipan untuk menetapkan tujuan yang jelas dalam hidup mereka, belajar berbagai macam cara untuk dapat mencapai tujuan yang sudah mereka tetapkan dan mempertahankan energi positif dari mental untuk terus dapat menggapai tujuannya sehingga mampu merubah persepsi partisipan menjadi selalu positif dan meningkatkan kemampuan untuk mengejar tujuan.

BAB II

MATERI

A. Konsep Harapan

1. Definisi

Harapan menurut kamus besar bahasa Indonesia merupakan sesuatu yang bisa diharapkan dan merupakan sebuah keinginan supaya menjadi kenyataan. Harapan (*hope*) sebagai kata benda menurut kamus Oxford merupakan sebuah kepercayaan yang selalu berhubungan dengan ekspektasi yang positif terkait hal baik di masa depan. Snyder dan Feldman menyatakan bahwa harapan merupakan fokus seseorang kepada sebuah tujuan dalam hidupnya.

2. Komponen Harapan

a. *Goal*

Perilaku manusia adalah berorientasi dan memiliki arah tujuan. *Goal* atau tujuan adalah sasaran dari tahapan tindakan mental yang menghasilkan komponen kognitif. Tujuan menyediakan titik akhir dari tahapan perilaku mental individu. Tujuan harus cukup bernilai agar dapat mencapai pemikiran sadar.

b. *Pathway Thinking*

Untuk dapat mencapai tujuan maka individu harus memandang dirinya sebagai individu yang mengembangkan suatu jalur untuk mencapai tujuan. Proses ini yang dinamakan *pathway thinking*, yang menandakan kemampuan seseorang untuk mengembangkan suatu jalur untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

c. *Agency Thinking*

Komponen motivasional pada teori harapan adalah *agency*, yaitu kapasitas untuk menggunakan suatu jalur untuk mencapai tujuan yang diinginkan. *Agency* mencerminkan persepsi individu bahwa dia mampu mencapai tujuannya melalui jalur-jalur yang dipikirkannya, *agency* juga dapat mencerminkan penilaian individu mengenai kemampuannya bertahan ketika menghadapi hambatan dalam mencapai tujuan. Individu yang memiliki *agency-thinking* tinggi dengan kata lain individu tersebut

memiliki keinginan atau kemauan yang kuat untuk melakukan usaha dalam mencapai tujuan yang diinginkannya itu. *Agency thinking* memunculkan kemauan individu untuk memotivasi diri. Snyder (2006) bahwa definisi harapan diarahkan pada dua komponen yaitu kemauan dan cara sesuai dengan ungkapan lama bahwa dimana ada kemauan, di situ ada jalan.

3. Karakteristik Individu yang Memiliki Harapan Tinggi

a. Optimisme

Optimisme diartikan sebagai perasaan memiliki energi mental yang cukup dalam mencapai suatu tujuan. Optimisme merupakan harapan individu secara umum yang berkaitan dengan hal-hal positif. Optimisme berkaitan dengan komponen *willpower* dibanding dengan komponen *waypower* dalam konsep harapan.

b. Persepsi mengenai kontrol

Pada individu yang memiliki harapan lebih tinggi cenderung menggunakan kontrol pribadi dalam kehidupan mereka sehari-hari. Harapan dapat dikorelasikan dengan keinginan dalam kontrol, adanya kemungkinan untuk menentukan, menyiapkan diri untuk melakukan antisipasi terhadap stress, kepemimpinan dan menghindari ketergantungan terhadap orang lain.

c. Persepsi mengenai kemampuan pemecahan masalah

Waypower merupakan salah satu komponen harapan yang berkaitan dengan kemampuan berpikir individu. Kemampuan pemecahan masalah berkaitan dengan persepsi individu atas kemampuannya sendiri dalam mengatasi masalahnya. Individu dengan harapan tinggi terfokus pada tugas dan mencari berbagai alternatif untuk mendapatkan apa yang mereka inginkan dan kemampuan untuk mengantisipasi masalah dan memahami rintangan yang akan mereka hadapi dalam menghadapi masalah tersebut.

d. Daya saing

Individu dengan daya saing tinggi lebih memiliki semangat yang tinggi dan cenderung menikmati kerja keras serta yakin akan kemampuan mereka menguasai keadaan fisiknya sehingga lebih mampu bersaing dengan sekitarnya.

e. *Self-esteem*

Individu dengan *self esteem* tinggi akan memiliki harapan yang tinggi dan terbiasa untuk berfikir mengenai keinginan dan rencana dalam mencapai tujuan. Individu akan cenderung berpikir positif mengenai diri mereka sendiri karena mereka menempatkan tujuan sebagai hal utama dalam diri mereka.

f. Afek positif

Afek positif merupakan keadaan mental disertai dengan konsentrasi penuh, keterikatan dan energi tinggi. Afek positif merupakan suatu cara berpikir dimana pikiran kita tertarik, senang, kuat, antusias, bangga, siaga, terinspirasi, menentukan perhatian dan aktif.

g. Tidak merasakan kecemasan dan depresi

Kecemasan merupakan keadaan subjektif dimana individu mengkhawatirkan kejadian tertentu. Depresi merupakan keadaan negatif yang meresap dan bisa menimbulkan kondisi tidak fokus. Individu yang memiliki harapan tinggi cenderung dipenuhi dengan ide dan energi mental yang positif dalam mencapai tujuan mereka.

B. Konsep Kebahagiaan

1. Definisi

Kebahagiaan secara keseluruhan merupakan tingkatan dimana seorang individu mampu menilai kualitas keseluruhan hidupnya sendiri. Kebahagiaan merupakan kemampuan seseorang untuk menyukai kehidupan yang dijalannya dan kemampuan seseorang untuk mengucapkan syukur atas kehidupannya. Kata kunci dari definisi kebahagiaan antara lain:

d. Tingkatan

Kata kebahagiaan tidak merujuk pada penghargaan positif tentang kehidupan saja namun juga menunjukkan lebih atau kurangnya sesuatu. Ketika kita mampu mengatakan bahwa seseorang bahagia maka berarti kita mampu menilai hidupnya lebih baik dan lebih menguntungkan.

e. Individu

Kata kebahagiaan menggambarkan perasaan atau keadaan seseorang secara individu bukan kelompok.

f. Subjektif

Kebahagiaan bersifat subjektif yaitu menunjukkan penghargaan atas kehidupan oleh seorang individu secara subjektif.

g. Pertimbangan

Kata kebahagiaan digunakan sebagai sebuah bahan pertimbangan dalam menilai keseluruhan kualitas hidupnya. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat proses intelektual dalam menilai kebahagiaan. Membuat penilaian secara keseluruhan mengenai kehidupannya berarti individu menilai pengalaman masa lalu dan memperkirakan pengalaman masa depan dan memperkirakan kualitas hidup rata-rata yang terjadi dalam kehidupannya.

2. Komponen Kebahagiaan

Aristoteles sebagai pemrakarsa teori kebahagiaan membagi kebahagiaan menjadi dua elemen yaitu:

a. Tingkat Hedonic/*Hedonia*

Hedonia atau kepuasan merupakan kebahagiaan jangka pendek. Tingkat hedonic adalah tingkatan dimana banyak pengaruh yang menjadi pengalaman dalam hidup seseorang menjadi sebuah karakter yang menyenangkan. Tingkat pengaruh hedonis berbeda dengan “mood”. Mood atau suasana hati terbagi dalam suasana hati tenang, gelisah, gembira dll. Setiap suasana hati dipengaruhi oleh pengalaman afektif salah satunya adalah komponen hedonis atau kebahagiaan. Konsep tingkat hedonis hanya terkait dengan kenikmatan yang dialami yaitu kesenangan dalam perasaan, emosi dan suasana hati. Tingkat hedonis seseorang dapat diukur dalam satu periode waktu yang berbeda yaitu jam, bulan, tahun atau seumur hidup.

b. Kepuasan/*Contentment*

Kepuasan merupakan tingkatan sejauh mana seseorang mempersepsikan bahwa aspirasinya terpenuhi. Setiap individu di asumsikan memiliki beberapa keinginan dan keinginan tersebut dikembangkan sehingga menjadi sebuah keinginan sadar kemudian individu akan membentuk ide untuk membuat

keinginan tersebut terealisasi. Kepuasan merupakan sebuah konsep subjektif untuk menilai sejauh mana keinginan individu terpenuhi. Individu dapat menilai apa yang telah dibawa pada kehidupan sekarang dan memperkirakan apa yang akan dihasilkan di masa depan.

c. Dampak Relatif Evaluasi Kehidupan

Merupakan komponen yang memungkinkan individu untuk mengevaluasi total peristiwa yang terjadi dalam kehidupannya dan menempatkan standar dalam kehidupan mereka.

3. Karakteristik Individu dengan Kebahagiaan Tinggi

Karakteristik orang yang selalu bahagia antara lain:

a. Menghargai Diri Sendiri

Individu yang bahagia cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi dan mencintai dirinya sendiri.

b. Optimis

Terdapat 2 dimensi dalam menentukan apakah individu termasuk dalam kategori optimis atau pesimis, yaitu permanen (menentukan berapa lama seseorang menyerah) dan pervasif (menentukan apakah ketidakberdayaan melebar ke banyak situasi). Individu yang bersifat optimis memiliki kepercayaan bahwa peristiwa baik memiliki penyebab permanen dan peristiwa buruk bersifat hanya sementara sehingga mereka akan terus berusaha untuk dapat mengalami hal baik di dalam kehidupan mereka. Individu yang pesimis akan mudah menyerah pada segala aspek ketika mengalami hal buruk dalam kehidupan mereka.

c. Terbuka

Individu yang bahagia pada umumnya memiliki sikap terbuka dengan orang lain. Individu dengan karakter ekstrovert dan mudah bersosialisasi dengan orang lain lebih memiliki kebahagiaan yang tinggi.

d. Mampu Mengendalikan Diri

Individu yang bahagia cenderung lebih mengenali dirinya sendiri dan mampu mengontrol diri. Hal ini memungkinkan mereka untuk dapat lebih mudah mencapai kesuksesan dalam segala bidang.

C. Intervensi Harapan

a. Definisi

Harapan menurut kamus besar bahasa Indonesia merupakan sesuatu yang diharapkan dapat menjadi kenyataan. Intervensi harapan disusun untuk menunjukkan bahwa harapan merupakan proses terapi yang terbuka, harapan merupakan kekuatan yang dapat berperan penting sebagai salah satu agen perubahan. Intervensi harapan membantu partisipan untuk menetapkan tujuan yang jelas dalam hidup mereka, belajar berbagai macam cara untuk dapat mencapai tujuan yang sudah mereka tetapkan dan mempertahankan energi positif dari mental untuk terus dapat menggapai tujuannya sehingga mampu merubah persepsi partisipan menjadi selalu positif dan meningkatkan kemampuan untuk mengejar tujuan dan berpikir mengenai masa depan mereka.

b. Prinsip Dasar Intervensi Harapan

Intervensi harapan telah banyak dikembangkan dan disesuaikan dengan kondisi lingkungan dimana intervensi akan diterapkan. Prinsip dasar dalam intervensi harapan antara lain:

1. Intervensi harapan merupakan intervensi semi terstruktur, berfokus pada tujuan dan pencapaian. Leader sebagai pelaksana intervensi dapat memulai tindakan dengan mengevaluasi harapan partisipan di masa lalu dan kemampuan kognitifnya, kebiasaan dan perubahan emosional.
2. Komunikasi yang positif, percaya dan harus mampu membuat komunitas memiliki dampak positif.
3. Leader aktif membantu secara langsung partisipan untuk meningkatkan perencanaan perubahan baru dan fokus pada setiap perubahan kondisi yang dialami oleh partisipan.
4. Leader melakukan proses edukasi dengan tujuan untuk mengatasi kesulitan partisipan dalam menggapai tujuan mereka.
5. Intervensi harapan merupakan proses pengembangan harapan. Leader harus dengan jelas memahami konsep tujuan partisipan dan membantu partisipan dalam membuat tujuan yang masih sangat mungkin untuk dilakukan, membantu partisipan untuk tetap semangat dan fokus pada tujuan yang ingin dicapai. Membantu partisipan mempersiapkan jalan keluar atau ide lain

dalam menggapai tujuan yang sudah ditetapkan apabila terjadi permasalahan dalam jalan yang pertama dan membantu partisipan menyingkirkan stressor yang menghalangi partisipan mencapai tujuan mereka.

6. Dalam intervensi harapan, perubahan dilakukan pada kemampuan kognitif dengan berfokus pada kemampuan partisipan, perencanaan pencapaian tujuan sesuai dengan pemikiran partisipan.

c. **Komponen Intervensi Harapan**

Sebelum melakukan tindakan intervensi harapan, sangat penting untuk melakukan pengkajian pada level harapan dari masing-masing partisipan terlebih dahulu menggunakan alat ukur level harapan. Intervensi harapan terdiri dari dua tingkatan dimana masing-masing terdiri atas dua langkah. Tindakan yang pertama adalah *instilling hope* yaitu melalui proses *hope finding* dan *hope bonding*. Tindakan yang kedua adalah *increasing hope* dimana leader memfasilitasi partisipan untuk melakukan *hope enhancing* dan *hope reminding*.

1. *Instilling Hope*

Proses ini terdiri dari *hope finding* dan *hope bonding*. Proses penting dalam menemukan harapan adalah memahami harapan yang ada dalam diri partisipan itu sendiri. Leader membantu partisipan mengidentifikasi harapan dalam diri partisipan melalui komunikasi teraupetik dengan partisipan. Leader melakukan edukasi dengan fokus kepada tujuan, *agency* dan *pathway thinking* melalui proses berbagi pengalaman hidup orang-orang yang memiliki harapan penuh dalam hidupnya. Bantu partisipan untuk dapat menceritakan pula harapan hidupnya dan bantu partisipan untuk mengidentifikasi harapan mereka sehingga harapan partisipan tergambar secara eksplisit. Jelaskan pula kepada partisipan tujuan dari tindakan ini sehingga partisipan mampu memahami secara penuh harapan mereka dan memahami bahwa partisipan mampu. Dalam sesi ini leader juga bisa menggunakan metode *hope profiling* yaitu mengidentifikasi harapan partisipan. Bantu partisipan menuliskan cerita mengenai

pengalaman mendalam kehidupannya serta tujuan yang ingin mereka gapai berdasarkan kehidupannya sekarang. Cerita yang ditulis boleh berdasarkan hubungan partisipan dengan lingkungan kerja, hubungan dengan keluarga, lingkungan pergaulan dll.

Proses selanjutnya pada tahapan ini adalah *hope bonding*. Tujuan dari *hope bonding* adalah untuk terus menjaga dan meningkatkan kekuatan dari perasaan penuh harap dalam diri partisipan. Pada sesi ini, leader harus mampu membentuk *pathway thinking* dan *agency thinking*. Bantu partisipan untuk membuat perencanaan tindakan sesuai dengan tujuan yang sudah ditetapkan pada sesi pertama. Buat suasana menyenangkan melalui diskusi kelompok, aktifitas bermain sederhana dan catatan kecil untuk di ingat selama partisipan di rumah.

2. *Increasing Hope*

Salah satu tujuan intervensi harapan adalah melakukan perubahan perilaku partisipan dari tidak produktif menjadi individu yang produktif. Tindakan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan harapan adalah dengan *hope enhancing* dan *hope reminding*. Tujuan dari *hope enhancing* adalah meningkatkan pola berpikir penuh harap pada diri partisipan yang mulai kehilangan harapan pada domain kehidupan secara umum dan spesifik. Terapis harus memberikan umpan balik kepada partisipan dan melakukan edukasi mengenai pentingnya harapan dan proses dari terapi harapan bermanfaat dalam hidup mereka. Bagi beberapa partisipan mungkin akan sangat sulit menemukan harapan mereka dikarenakan partisipan tidak mengetahui harus dari mana mereka menemukan harapan mereka. Oleh sebab itu, leader bisa membantu partisipan dengan membuat struktur tujuan hidup mereka dari berbagai domain kehidupan. Partisipan dapat mulai dengan meminta partisipan membuat daftar domain kehidupan yang terjadi dalam kehidupan mereka dan membuat *rate* atau penilaian capaian dari masing domain tersebut. Bantu partisipan menentukan prioritas yang ingin partisipan capai berdasarkan domain kehidupan yang sudah mereka tentukan dan menentukan kepuasan dari masing-masing domain. Dalam sesi ini leader juga

harus membantu partisipan menjelaskan secara verbal tujuan yang mungkin mereka capai. Perencanaan dalam menggapai tujuan harus jelas dalam sesi ini dan leader harus membantu partisipan untuk menggali stressor / aspek negatif yang menghalangi partisipan dalam menggapai tujuan dan meningkatkan perilaku positif. Kaji aktivitas tindakan positif yang partisipan biasa lakukan sehari-hari. Bantu partisipan membuat daftar kegiatan baru untuk di lakukan dan motivasi partisipan untuk melakukan hal-hal baru. Diskusikan dengan partisipan mengenai pemikiran terbuka dalam menggapai tujuan mereka. Membantu partisipan untuk membuat perencanaan kecil, memiliki pemikiran terbuka, fleksibel, kreatif serta tenang pada proses penggapaian tujuan mereka. Beri gambaran proses pencapaian tujuan melalui sebuah film atau gambar yang menginspirasi. Melalui cara tersebut maka pastikan partisipan mampu secara mandiri menentukan cara yang sudah mereka susun untuk menggapai tujuan tersebut bisa dilakukan atau tidak sehingga partisipan mampu menentukan alternatif cara dalam menggapai tujuan mereka. Beri tugas kepada partisipan selama di rumah untuk berdiskusi dengan orang terdekat juga untuk menentukan alternatif cara yang harus mereka tempuh untuk menggapai tujuan mereka. Beri partisipan motivasi dan tanyakan kepada partisipan orang yang paling memotivasi dirinya untuk tetap bertahan. Bicarakan kemampuan-kemampuan positif yang dimiliki partisipan dibandingkan dengan kegagalan yang telah dialami partisipan dan selalu beri partisipan pujian untuk menyemangati dan memotivasi partisipan. Motivasi partisipan untuk melaksanakan apa yang sudah direncanakan melalui tindakan nyata di kehidupan dan observasi kemajuan capaian tujuan.

Sesi kedua pada tahap ini adalah *hope reminding*. Pada sesi ini leader membantu partisipan untuk mampu melakukan evaluasi secara mandiri mengenai bagaimana harapan itu tetap berkembang dan menjadi motivasi dalam diri mereka. Bantu partisipan melakukan evaluasi cerita mengenai harapan mereka, menemukan *hope buddy* yang dapat membantu partisipan menemukan cara ketika partisipan mengalami kesulitan dalam

menggapai tujuan, refleksikan kesuksesan yang telah diraih dan apa saja yang sudah dilakukan untuk menggapai kesuksesan tersebut, buat catatan dari metode untuk menyelesaikan masalah.

d. Jadwal Kegiatan Intervensi Harapan

Tahap yang dilakukan dalam intervensi harapan selama 8 kali pertemuan, 2 pertemuan seminggu, dengan alokasi waktu kurang lebih 30-45 menit pada setiap pertemuan.

No	Kegiatan	Minggu I		Minggu II		Minggu III		Minggu IV	
		Pertemuan							
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
1.	B. Perkenalan antara peneliti dan partisipan, maupun antar partisipan C. Melakukan evaluasi mengenai harapan dan level kebahagiaan partisipan. D. Penjelasan tentang pembentukan kelompok, meliputi tujuan, fokus dan ekspektasi yang diharapkan dalam kelompok E. Pemberian buku panduan <i>hope intervention</i> kepada partisipan F. Pembentukan kelompok berdasarkan jadwal hemodialisis								
2.	A. Melakukan evaluasi pertemuan sebelumnya. B. Menanyakan kabar partisipan. C. Memberikan penjelasan mengenai konsep dasar teori harapan terkait <i>goal, agency dan pathway</i> . D. Melakukan evaluasi pertemuan. E. Membuat kontrak waktu pertemuan selanjutnya.								
3.	A. Diskusi awal mengenai harapan dan tujuan yang dimiliki oleh partisipan B. Membantu partisipan untuk menentukan harapan dan tujuan yang realistis								

	(bisa tercapai), khususnya terkait kesehatan partisipan hemodialisis C. Diskusi bersama dalam kelompok mengenai makna tujuan-tujuan dan harapan yang disusun partisipan D. Mengelompokkan harapan dan tujuan yang memungkinkan untuk dicapai							
4.	A. Mengulas materi pertemuan sebelumnya terkait harapan dan tujuan yang sudah dibentuk oleh partisipan B. Diskusi dalam kelompok mengenai kemampuan partisipan dalam penyelesaian masalah (<i>problem solving skills</i>) C. Mendukung terbentuknya motivasi (saling memotivasi) antar anggota grup bahwa peserta memiliki kemampuan dalam mencapai tujuan yang telah terbentuk D. Menentukan cara yang akan digunakan partisipan dalam menggapai harapan yang telah ditentukan.							
5.	A. Mengulas materi sebelumnya dan melakukan evaluasi keberhasilan. B. Berdiskusi mengenai hambatan yang ditemukan dalam mencapai tujuan. C. Diskusi dalam kelompok cara apa yang biasa masing-masing partisipan gunakan untuk mengatasi hambatan yang muncul. D. Diskusi dalam kelompok mengenai strategi lain dalam penyelesaian masalah. E. Memberikan motivasi							

	pada partisipan dengan gambaran cerita atau video bahwa hal sesulit apapun bisa terlampaui selama partisipan berusaha mencapai tujuan tersebut.							
6.	A. Evaluasi hasil pertemuan sebelumnya. B. Memaparkan mengenai karakteristik partisipan yang memiliki <i>high agency</i> C. Memberikan motivasi dan menciptakan suasana saling memotivasi antar partisipan. D. Mendorong partisipan mengingat dan menceritakan kembali keberhasilan di masa lampau dan bagaimana partisipan berusaha mencapai keberhasilan tersebut.							
7.	A. Melakukan evaluasi pertemuan sebelumnya dan menilai tingkat keberhasilan partisipan. B. Meminta partisipan bercerita mengenai hubungan partisipan dengan orang sekitar dan kualitas ibadah partisipan. C. Memberikan motivasi kepada partisipan untuk lebih meningkatkan kualitas ibadah partisipan dan hubungan dengan orang terdekat.							
8.	A. Melakukan evaluasi dengan menanyakan kembali materi dari pertemuan sebelumnya dan apakah kesepakatan dari pertemuan sebelumnya dilaksanakan atau tidak B. Menanyakan bagaimana perasaan partisipan setelah melaksanakan							

	tindakan tindakan yang telah disepakati dalam kelompok dan setelah mengikuti kegiatan kelompok C. Meminta saran dan masukan dari partisipan atas kegiatan yang telah dilaksanakan D. Melakukan evaluasi level kebahagiaan partisipan.								
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

BAB III
LEMBAR KERJA PARTISIPAN

A. Pertemuan I

Hari, tanggal :

Topik : Perkenalan

Anggota :

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

B. Pertemuan II

Hari/Tanggal :

Topik : Penjelasan Konsep Harapan

Catatan:

C. Pertemuan III

Hari, tanggal :

Topik : menemukan dan merumuskan harapan

Tujuan yang ingin Saya capai adalah :

D. Pertemuan IV

Hari, tanggal :

Topik : penentuan strategi untuk mencapai harapan

Untuk mencapai tujuan yang Saya inginkan, Saya harus :

E. Pertemuan V

Hari, tanggal :

Topik : mengidentifikasi hambatan

Hambatan Saya dalam mencapai tujuan yang Saya inginkan yaitu :

F. Pertemuan VI

Hari/Tanggal :

Topik : Menentukan solusi tindakan atas hambatan yang muncul

Solusi:

G. Pertemuan VII

Hari, tanggal :

Topik : Motivasi dalam pencapaian tujuan

Motivasi Saya dalam hidup ini adalah :

H. Pertemuan VIII

Hari, tanggal :

Topik : Evaluasi kegiatan

Perasaan Saya setelah melakukan tindakan yang disepakati kelompok :
Perasaan Saya setelah mengikuti kelompok intervensi harapan :



Modul Ilustrasi Intervensi

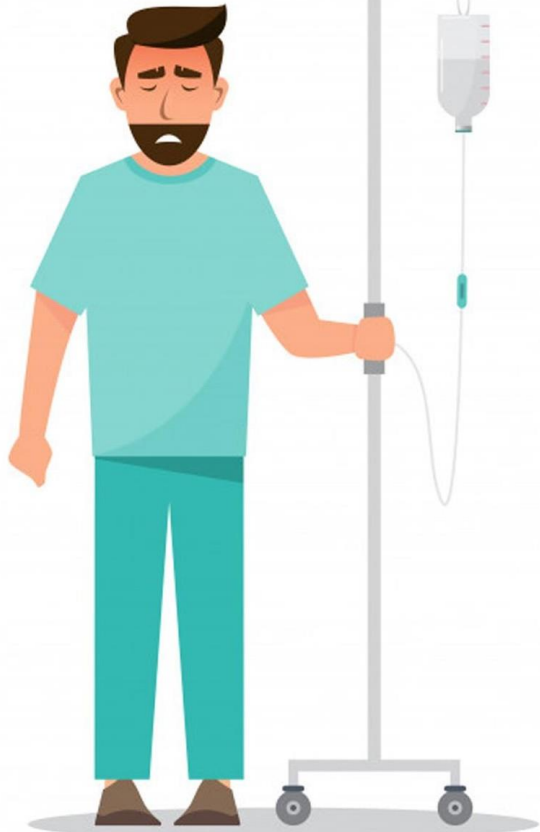


Haduh....
Nanti aku kerja
gimana?
anak istriku ninggalin
aku ga ya?



Selamat Pagi Pak, Bagaimana keadaannya hari ini?

Saya sedih dengan keadaan saya sekarang ini, Nurse!



Kemudian perawat menawarkan kepada pasien untuk mengikuti terapi intervensi yang dilakukan secara berkelompok guna meningkatkan kebahagiaan pada pasien

Hallo,
semuanya!
Hari ini
adalah hari
pertama kita
akan

melakukan kegiatan
kelompok bersama,
untuk
permulaan
kita kenalan
dulu ya!

Halo
Saya Rudi



NOTES

Topik: Perkenalan

Leader:

Anggota:

- 1.
- 2.
- 3.

Tujuan yang ingin saya capai adalah....

Selamat datang semuanya
di pertemuan kedua kita.

Hari ini kita akan
mencoba
menentukan
harapan atau
tujuan dari
bapak-bapak
semua yang
ada disini ya!

Ingin bahagia

Saya
berharap
bisa
sembuh
dan
berkegiatan
seperti
biasa lagi

Saya ingin sehat

Hari/Tanggal

Pertemuan III

Topik: Penentuan strategi untuk mencapai tujuan dan harapan

Untuk mencapai tujuan yang saya inginkan, Saya harus :

Nah, bapak-bapak sekalian pada pertemuan kali ini, kita akan mencoba mencari cara bagaimana langkah-langkah untuk mencapai tujuan atau harapan yang kemarin sudah dibuat oleh bapak-bapak semuanya.

langkah-langkahnya kita tulis seperti ini ya! misal: Ingin bahagia langkahnya:

1. Berkumpul dengan teman-teman
2. Berbagi kisah dan pengalaman



Pertemuan IV

Topik: Mengidentifikasi hambatan dan menemukan solusi

Hambatan saya dalam mencapai tujuan yaitu:

Solusi saya dalam mengatasi hambatan yaitu:

Hari/Tanggal

Nah bapak-bapak untuk hari ini kita akan mencari tahu hambatan dan saja solusinya untuk mencapai tujuan yang sudah ditentukan kemarin ya!

Hambatan saya adalah mengontrol rasa sedih ini, Ners!
Solusinya, mungkin saya harus banyak bersyukur dan ikhlas

Pertemuan V
Topik: Motivasi
dalam pencapaian
tujuan

Motivasi saya dalam
hidup ini adalah ...

Motivasi
saya
adalah
keluarga

Motivasi saya ibu

motivasi saya
adalah kucing saya

Hari/Tanggal

Baiklah semuanya,
kita sudah berada di
sesi terakhir.

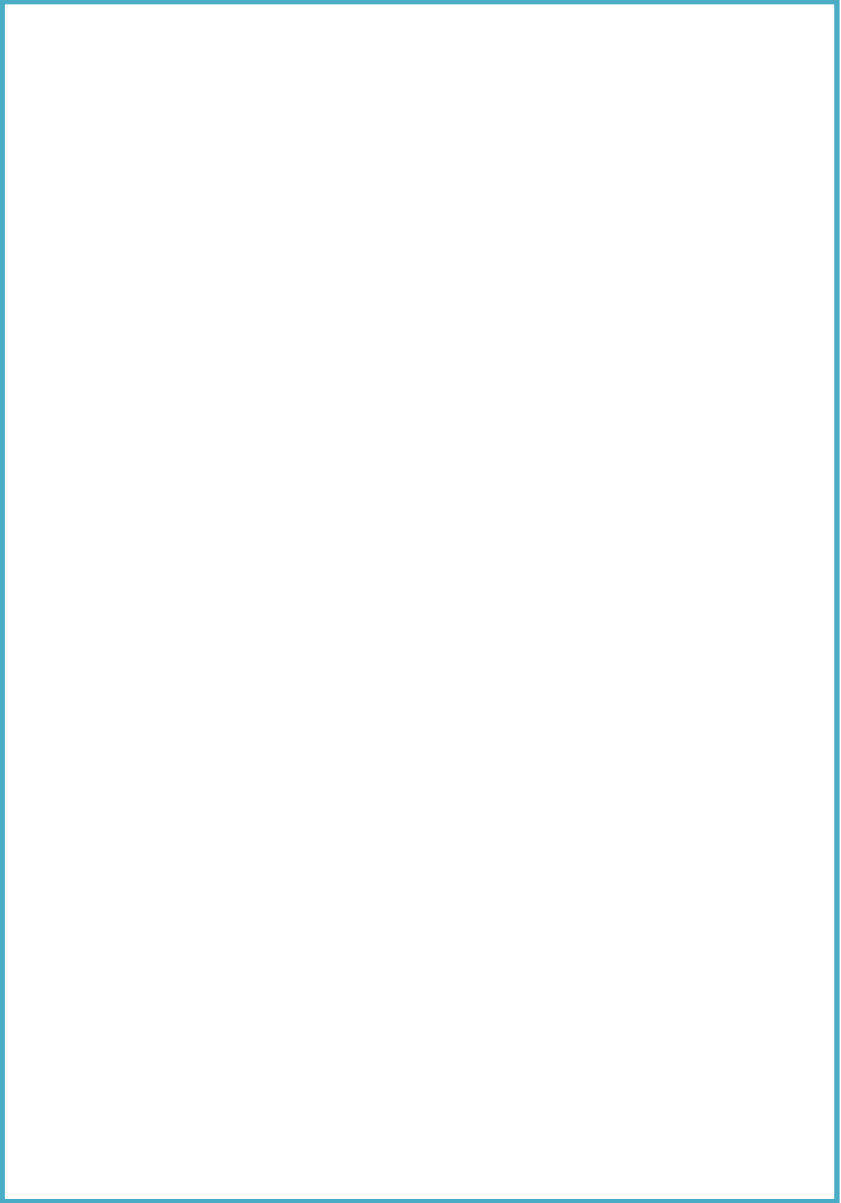
Pertemuan ini kita akan mengevaluasi
kegiatan yang telah kita
lakukan selama
beberapa kali pertemuan
contohnya: Saya lebih bahagia
setelah ikut kelompok dan
kegiatan ini

Pertemuan VI
Topik: Evaluasi Kegiatan

perasaan saya setelah
mengikuti tindakan
yang disepakati kelompok:

Persaan saya setelah
mengikuti kelompok intervensi
harapan:

Catatan Tambahan



REFERENSI

- Farnia F, Baghshahi N, Mahmoodabadi HZ. Effectiveness of Hope-based Group Therapy on General health and Happiness of Hemodialysis Patients. 2016;6(9):46–51.
- Ho SMY, Ho JWC, Pau BKY, Hui BPH, Wong RSM, Chu ATW. Hope-based intervention for individuals susceptible to colorectal cancer: A pilot study. *Fam Cancer*. 2012;11(4):545–51.
- Kirmanian MN. Hope Therapy in Depression : A Clinical Case Work. *Res gate*. 2016;(October).
- Rustoen T, Hanestad BR. Nursing intervention to increase hope in cancer patients. *J Clin Nurs*. 2003;7(1):19–27.
- Snyder CR, Ilardi SS, Cheavens J, Michael ST. The Role of Hope in Cognitive-Behavior Therapies. *Res gate*. 2000;(December).



Teruslah Bermimpi dan Gapai Harapan Terbaikmu
Harapanmu akan Menuntunmu pada Kebahagiaan

ISBN 978-623-7222-73-6



Fakultas Kedokteran
Universitas Diponegoro
Jl. Prof. H. Soedarto, S.H
Tembalang, Semarang, Jawa Tengah
50275