

Hubungan Self-Care Preparedness Berbasis Teori Orem Dengan Kesiapan Mahasiswa D3 Keperawatan Dalam Situasi Gawat Darurat

Pradhita Hendriyeni ^{1)*}, Ade Rahman ²⁾

^{1)*, 2)} Akademi Keperawatan Kesdam I/BB Padang, phendriyeni@gmail.com, rahmaade370@gmail.com

Abstrak

Kesiapan mahasiswa keperawatan dalam menghadapi situasi gawat darurat sangat penting untuk menjamin keselamatan pasien dan efektivitas tindakan klinik. Teori Orem menekankan bahwa self-care agency atau kemampuan merawat diri sendiri berperan dalam menjaga kesiapan individu menghadapi tantangan klinik. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara self-care preparedness berbasis Teori Orem dengan kesiapan mahasiswa D3 Keperawatan dalam menghadapi situasi gawat darurat. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Sampel terdiri dari 41 mahasiswa D3 Keperawatan yang dipilih secara purposive sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner Self-Care Preparedness dan instrumen kesiapan gawat darurat yang telah tervalidasi. Analisis data menggunakan uji korelasi Pearson. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat self-care preparedness mahasiswa berada pada kategori baik, sedangkan kesiapan menghadapi situasi gawat darurat berada pada kategori tinggi. Analisis korelasi menunjukkan hubungan yang kuat dan signifikan antara self-care preparedness dan kesiapan gawat darurat ($r = 0.612$; $p = 0.000$). Self-care preparedness berperan signifikan dalam meningkatkan kesiapan mahasiswa menghadapi situasi gawat darurat. Integrasi pembelajaran self-care berbasis Teori Orem dalam kurikulum keperawatan diusulkan untuk meningkatkan kesiapan klinik mahasiswa.

Kata Kunci: *Self-care preparedness, Teori Orem, kesiapan mahasiswa, gawat darurat, D3 Keperawatan*

Abstract

The Relationship Between Self-Care Preparedness Based on Orem's Theory and the Readiness of D3 Nursing Students in Emergency Situations. Nursing students' readiness in emergency situations is crucial to ensure patient safety and effective clinical performance. Orem's Theory emphasizes that self-care agency plays a significant role in maintaining individual readiness to face clinical challenges. This study aimed to analyze the relationship between self-care preparedness based on Orem's Theory and the readiness of D3 nursing students in emergency situations. A quantitative correlational design was used in this study. The sample consisted of 41 D3 nursing students selected through purposive sampling. Data were collected using validated self-care preparedness and emergency readiness questionnaires. Pearson correlation was used for data analysis. The results showed that students' self-care preparedness was in the good category, while their emergency readiness was in the high category. Pearson correlation analysis revealed a strong and significant relationship between self-care preparedness and emergency readiness ($r = 0.612$; $p = 0.000$). Self-care preparedness significantly contributes to nursing students' readiness in emergency situations. Integrating Orem-based self-care learning into the nursing curriculum is recommended to enhance students' clinical readiness.

Keywords: *self-care preparedness, Orem's Theory, nursing student readiness, emergency, D3 Nursing*

PENDAHULUAN

Situasi gawat darurat merupakan kondisi klinis yang menuntut respon cepat, tepat, dan berbasis kompetensi. Perawat dengan lulusan Diploma Tiga (D3) Keperawatan memiliki peran strategis dalam penanganan kondisi kritis karena berada di garis depan pelayanan. Oleh sebab itu, kesiapan mahasiswa keperawatan dalam menghadapi situasi gawat darurat menjadi aspek penting dalam proses pendidikan vokasi keperawatan. Kesiapan ini tidak hanya mencakup kemampuan teknis, namun juga kesiapan fisik, mental, dan psikologis untuk mengambil keputusan sekaligus melakukan tindakan penyelamatan jiwa.

Mahasiswa keperawatan menghadapi berbagai tuntutan akademik dan praktik klinik yang dapat meningkatkan risiko stres, kelelahan, dan burnout. Kondisi ini dapat menurunkan kesiapan mereka dalam menghadapi situasi gawat darurat jika tidak diimbangi dengan kemampuan self-care yang memadai. Situasi gawat darurat seringkali juga memunculkan tekanan tinggi, ketidakpastian, dan beban emosional yang signifikan. Mahasiswa yang kurang mampu mengelola stres dan tidak memiliki kesehatan fisik yang baik dapat mengalami hambatan dalam melakukan tindakan yang tepat.

Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan melakukan perawatan diri atau self-care menjadi salah satu aspek penting dalam mempersiapkan mahasiswa menghadapi kondisi tersebut.

Teori Defisit Perawatan Diri (Self-Care Deficit Nursing Theory) yang dikembangkan oleh Dorothea Orem memberikan landasan teoretis yang kuat untuk memahami bagaimana kemampuan self-care (self-care agency) memengaruhi kesiapan individu dalam menjalankan tugas. Teori ini menjelaskan bahwa setiap individu harus memiliki kemampuan untuk merawat dirinya sendiri guna mempertahankan kesehatan, kesejahteraan, dan fungsi optimal.

Self-care merupakan proses individu untuk merawat diri sendiri agar tetap sehat, adaptif, dan mampu menjalankan peran secara optimal. Dorothea Orem mengembangkan Self-Care Deficit Nursing Theory, yang menegaskan bahwa kemampuan self-care (self-care agency) menjadi dasar bagi individu untuk memenuhi kebutuhan kesehatan dan mempertahankan fungsi optimal. Teori Orem menekankan bahwa apabila seseorang memiliki kemampuan self-care yang baik, maka ia dapat mencegah kelelahan, stres, dan disfungsi yang dapat menghambat performa dalam tugas profesional.

Self-care preparedness, atau kesiapan melakukan perawatan diri secara optimal, penting dimiliki mahasiswa agar mampu menjaga kesehatan fisik dan psikologis saat berhadapan dengan tekanan selama pelatihan klinik. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa intervensi berbasis teori Orem dapat meningkatkan efikasi diri, kesehatan mental, dan kemampuan adaptasi mahasiswa keperawatan, yang pada akhirnya dapat meningkatkan kesiapan mereka dalam praktik klinik.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa keperawatan sering menghadapi kelelahan, stres akademik, tekanan praktik klinis, dan kurangnya waktu untuk istirahat, sehingga mereka berisiko mengalami penurunan kemampuan konsentrasi, efektivitas pembelajaran, dan kesiapan dalam praktik. Penelitian juga menunjukkan bahwa intervensi berbasis teori Orem dapat meningkatkan efikasi diri, kemampuan regulasi stres, kualitas tidur, serta pemahaman mahasiswa tentang pentingnya self-care. Hal ini memperkuat asumsi bahwa mahasiswa yang memiliki self-care preparedness yang baik akan lebih siap menghadapi situasi klinis yang menuntut, termasuk situasi gawat darurat.

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian yang mengkaji self-care pada mahasiswa keperawatan masih berfokus pada dampaknya terhadap kesehatan mental, performa akademik, atau tingkat stres, dan belum banyak yang mengaitkannya secara langsung dengan kesiapan menghadapi situasi gawat darurat. Padahal, kemampuan untuk melakukan self-care dapat berpengaruh terhadap kesiapan kerja secara menyeluruh, termasuk dalam pengambilan keputusan cepat, ketahanan mental, dan kepercayaan diri saat menangani pasien dalam kondisi kritis.

Selain itu, pendidikan D3 Keperawatan memiliki karakteristik pembelajaran yang lebih menekankan pada keterampilan vokasional dan praktik klinik. Mahasiswa dituntut untuk cepat beradaptasi dengan lingkungan kerja, mampu bekerja di bawah tekanan, serta memiliki kesiapan psikis yang baik. Oleh karena itu, self-care preparedness menjadi aspek penting yang dapat mendukung kesiapan mahasiswa dalam menjalani pendidikan kegawatdaruratan. Kemampuan self-care yang optimal memungkinkan mereka lebih mampu mengatur energi, mengelola stres, mempertahankan kesehatan, dan mempersiapkan diri secara menyeluruh sebelum memasuki area klinik.

Melihat pentingnya hubungan antara self-care preparedness dan kesiapan mahasiswa keperawatan dalam situasi gawat darurat, diperlukan penelitian yang mampu memberikan gambaran empiris mengenai sejauh mana teori Orem dapat digunakan sebagai kerangka untuk memprediksi atau meningkatkan kesiapan mahasiswa D3 Keperawatan. Dengan menganalisis hubungan tersebut, hasil penelitian diharapkan dapat digunakan sebagai dasar pengembangan kurikulum, strategi pembelajaran, program pelatihan, serta intervensi berbasis teori keperawatan untuk meningkatkan kesiapan mahasiswa dalam menghadapi kondisi gawat darurat.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara self-care preparedness berbasis teori Orem dengan kesiapan mahasiswa D3 Keperawatan dalam menghadapi situasi gawat darurat. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan pendidikan keperawatan yang lebih komprehensif melalui integrasi teori keperawatan dan kebutuhan kompetensi praktik klinik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara self-care preparedness berbasis Teori Self-Care Deficit Orem (variabel independen) dengan kesiapan mahasiswa D3 Keperawatan dalam menghadapi situasi gawat darurat (variabel dependen). Desain korelasional dipilih untuk menganalisis kekuatan dan arah hubungan antarvariabel tanpa memberikan perlakuan atau intervensi terhadap responden. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir program D3 Keperawatan yang telah memperoleh mata kuliah atau pengalaman praktek terkait kegawatdaruratan dengan total sampel 41 responden yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Penelitian ini dilaksanakan di Prodi DIII Keperawatan Akper Kesdam I/BB Padang. Penelitian dilakukan pada mahasiswa tingkat III semester V TA 2025/2026.

Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah mahasiswa yang bersedia menjadi responden, mahasiswa semester V TA 2025/2026. Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang digunakan untuk mengumpulkan data yang mencakup karakteristik responden, kuesioner self-care preparedness dan kuesioner kesiapan gawat darurat mahasiswa. Uji normalitas data menggunakan Shapiro-wilk, dengan kriteria kekuatan korelasi 0.00-0.19 (sangat lemah), 0.20-0.39 (lemah), 0.40-0.59 (sedang), 0.60-0.79 (kuat) dan 0.80-1.00 (sangat kuat).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi karakteristik Responden (n=41)

No	Karateristik	Kategori	n	%
1.	Jenis kelamin	Laki-laki	12	29.2
		Perempuan	29	70.8
2.	Usia	18-19	6	14.6
		20-21	25	61.0
		≥ 22	10	24.4
3.	Pengalaman Praktik Gawat Darurat	Pernah	41	100
		Belum pernah	-	-

Dari tabel tersebut mayoritas responden adalah perempuan (70.8%), usia mayoritas 20-21 tahun (61.0) dan semua responden memiliki pengalaman praktek gawat darurat

Tabel 2. Distribusi Skor Self-Care Preparedness (n=41)

No	Statistik	Nilai
1.	Skor minimum	72
2.	Skor maksimum	143
3.	Mean	115.27
4.	Median	116.00
5.	SD	11.83

Rata-rata self-care preparedness mahasiswa berada pada kategori baik

Tabel. 3 Distribusi Skor Kesiapan Gawatdarurat (n=41)

No	Statistik	Nilai
1.	Skor minimum	65
2.	Skor maksimum	124
3.	Mean	98.41
4.	Median	99.00
5.	SD	10.72

Rata-rata kesiapan mahasiswa berada pada kategori tinggi

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas (Shapiro-Wilk)

Variabel	p-value
Self-Care Preparedness	0.075
Kesiapan Gawatdarurat	0.094

Kedua variabel memiliki sebaran data normal ($p > 0.05$), sehingga analisis korelasi menggunakan Pearson

Tabel. 5 Hasil Uji Korelasi Pearson (N=41)

Variabel	R	p-value
Self-Care Preparedness		0.612
→Kesiapan Gawatdarurat		2

Nilai korelasi $r = 0.612$ menunjukkan hubungan kuat dan positif. Nilai $p = 0.000$ menunjukkan hubungan sangat signifikan. Artinya, semakin baik self-care preparedness mahasiswa, semakin tinggi kesiapan mereka dalam menghadapi situasi gawat darurat

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya **hubungan yang kuat dan signifikan** antara self-care preparedness berbasis Teori Orem dengan kesiapan mahasiswa D3 Keperawatan dalam menghadapi situasi gawat darurat ($r = 0.612$; $p = 0.000$). Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki kemampuan self-care yang baik akan lebih siap menghadapi situasi kritis. Hasil ini konsisten dengan konsep Teori Self-Care Deficit Orem yang menekankan pentingnya self-care agency untuk mencapai kesehatan dan kesejahteraan, serta memfasilitasi kemampuan seseorang untuk menghadapi tantangan atau kondisi yang menuntut performa optimal.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor self-care preparedness mahasiswa berada pada kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa sudah mampu mengelola kebutuhan fisik, psikologis, dan emosional secara memadai. Dalam konteks Teori Orem, self-care adalah aktivitas sadar yang dilakukan individu untuk mempertahankan kehidupan, kesehatan, dan kesejahteraan. Orem membagi self-care requisites menjadi tiga, yaitu:

1. Universal self-care requisites: kebutuhan dasar manusia yang berlaku umum, seperti nutrisi, tidur, hidrasi, dan perlindungan diri.
2. Developmental self-care requisites: kebutuhan yang muncul karena perkembangan individu, misalnya pembelajaran klinis dan adaptasi terhadap situasi baru.
3. Health-deviation requisites: kebutuhan yang muncul akibat kondisi kesehatan tertentu atau situasi kritis yang memerlukan tindakan khusus.

Dalam penelitian ini, mahasiswa yang memiliki pengalaman praktik kegawatdaruratan dan pelatihan BHD cenderung memiliki skor self-care lebih tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman langsung berperan penting dalam memperkuat self-care agency. Penelitian Magdalena et al. (2025) juga menunjukkan bahwa mahasiswa yang sering melakukan refleksi diri dan evaluasi performa selama praktik klinik memiliki self-care yang lebih baik dan siap menghadapi kondisi darurat. Selain itu, penelitian Musa et al. (2023) menemukan bahwa perilaku self-care berpengaruh terhadap kemampuan mahasiswa menjaga fokus, konsentrasi, dan keterampilan adaptasi dalam pembelajaran daring maupun praktik klinik. Temuan ini sejalan dengan penelitian saat ini yang menunjukkan bahwa self-care yang baik tidak hanya menjaga kesehatan fisik, tetapi juga mendukung kesiapan mental dan psikologis mahasiswa. Kesiapan mahasiswa dalam menghadapi situasi gawat darurat dinilai tinggi. Hal ini mencakup kemampuan dalam dimensi:

- knowledge readiness
- psychological readiness
- skill readiness
- attitude readiness

Kesiapan tersebut dibentuk oleh faktor pendidikan, pengalaman praktik, dan keikutsertaan dalam pelatihan kegawatdaruratan. Temuan ini konsisten dengan Nusdin et al. (2025) yang menyatakan bahwa paparan pembelajaran kegawatdaruratan, terutama SPGDT dan BHD, meningkatkan pemahaman dan respons mahasiswa terhadap situasi kritis.

Penelitian Yektiningsih et al. (2024) juga mendukung hasil ini, di mana self-concept yang baik dan pengalaman pembelajaran terstruktur berkontribusi terhadap kemampuan mahasiswa dalam menghadapi kasus gawat darurat di lapangan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kesiapan gawat darurat mahasiswa ditopang oleh kombinasi faktor internal (self-care, kontrol emosi, kepercayaan diri) dan eksternal (pendidikan, pengalaman, pelatihan).

Hasil penelitian juga menunjukkan korelasi kuat dan positif, yang berarti semakin baik self-care preparedness, semakin tinggi kesiapan mahasiswa menghadapi situasi gawat darurat. Hal ini mengindikasikan bahwa mahasiswa dengan self-care yang baik lebih mampu

mengelola kondisi fisik, mental, dan emosional mereka sehingga dapat merespons dengan efektif terhadap keadaan darurat.

Self-care agency memungkinkan mahasiswa menjaga kestabilan fisik (tidur cukup, nutrisi, hidrasi) yang berpengaruh terhadap kemampuan kognitif saat menghadapi situasi kritis. Self-care juga meningkatkan kontrol emosi, kesiapan psikologis, dan kemampuan manajemen stres. Mahasiswa yang mampu mengelola self-care lebih mampu melakukan tindakan cepat dan terukur dalam situasi darurat.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Magdalena et al. (2025), yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang mampu melakukan evaluasi diri dan refleksi klinis secara rutin lebih siap menghadapi simulasi kegawatdaruratan. Penelitian Astuti et al. (2024) juga menunjukkan bahwa self-directed learning readiness berkorelasi positif dengan pencapaian kompetensi klinik, yang secara tidak langsung mendukung kesiapan menghadapi situasi kritis.

Penelitian ini memberikan gambaran bahwa self-care preparedness merupakan salah satu faktor penting dalam membentuk kesiapan mahasiswa menghadapi situasi gawat darurat. Temuan ini sejalan dengan teori dan penelitian sebelumnya, serta memberikan rekomendasi kuat bagi institusi untuk memperkuat aspek self-care dalam pendidikan keperawatan.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan self-care preparedness berbasis Teori Orem dengan kesiapan mahasiswa D3 Keperawatan dalam menghadapi situasi gawat darurat, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. **Tingkat Self-Care Preparedness Mahasiswa**
Rata-rata mahasiswa D3 Keperawatan memiliki tingkat self-care preparedness pada kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa sudah mampu mengelola kondisi fisik, psikologis, dan emosional untuk mendukung performa klinik mereka.
2. **Tingkat Kesiapan Menghadapi Situasi Gawat Darurat**
Kesiapan mahasiswa dalam menghadapi situasi gawat darurat berada pada kategori tinggi, mencakup aspek pengetahuan, keterampilan, kesiapan psikologis, dan sikap profesional. Faktor pengalaman praktik, pelatihan BHD, dan simulasi kegawatdaruratan berkontribusi terhadap kesiapan ini.
3. **Hubungan antara Self-Care Preparedness dan Kesiapan Gawat Darurat**
Terdapat hubungan yang kuat dan positif antara self-care preparedness dan kesiapan mahasiswa dalam menghadapi situasi gawat darurat ($r = 0.612$; $p = 0.000$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kemampuan mahasiswa dalam mengelola self-care, semakin tinggi kesiapan mereka menghadapi situasi klinis kritis.
4. **Implikasi Teoretis dan Praktis**
Penelitian ini mendukung Teori Orem bahwa self-care agency merupakan faktor penting dalam kesiapan menghadapi situasi kritis. Secara praktis, temuan ini menekankan perlunya integrasi pembelajaran self-care dalam kurikulum pendidikan keperawatan, termasuk penguatan aspek psikologis, regulasi diri, dan simulasi kegawatdaruratan.

DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Al-Harbi, J., et al. (2021). Self-care behaviors and associated factors among nursing students: A cross-sectional study. *Nurse Education Today*, 97, 104705.
- Astuti, A., Abidin, Z., Wijaya, D., Fibriansari, R. D., & Yuliani, N. (2024). Strategies for nursing students in achieving basic nursing competencies through self-directed learning readiness. *Nurse and Health: Jurnal Keperawatan*, 13(2), 347–356.

- Harjanto, T., Gautama, M. S. N., & Sumunar, D. S. E. W. (2025). The self-directed learning readiness and self-efficacy of nursing students in synchronous learning: A cross-sectional study. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 13(1), 17–25.
- Hutapea, L. M. N. (2024). Self-assessment kompetensi praktik klinis awal mahasiswa keperawatan di rumah sakit. *Jurnal Ilmiah Global Education*, 5(2), 1036–1050.
- Katuuk, M. E., Sitorus, R., & Sukmarini, L. (2020). Penerapan teori Orem dalam asuhan keperawatan pasien dengan penyakit kronis. *Jurnal Keperawatan*, 8(1), 57–64.
- Magdalena, H., Koehuan, M. R. O., Tuapetel, M. A., Gultom, E. C. V., & Kasenda, E. (2025). Evaluasi diri mahasiswa keperawatan dalam praktik simulasi gawat darurat dan kritis. *Jurnal Keperawatan Tropis Papua*, 8(1), 61–66.
- Mazlinda Musa, Mamat, R., Hassan, H., Sa'at, S. F., Rahim, S. S. A., Ramdzan, A. R., Abdullah, O., Paidius, V. A., & Muitaba, M. (2023). The relationship of self-care behaviours and online learning engagement among nursing students. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 26(3).
- Nusdin, Rahim, A., & Alfrida. (2025). Analisis pengetahuan mahasiswa keperawatan dalam mengaktivasi SPGDT pada kegawatdaruratan pra-hospital. *Jurnal Berita Kesehatan*, 18(1), 40–47.
- Yektiningsih, E., Zulvana, N. R., Sari, Y., & Rahmawati, D. (2024). Role of self-concept towards emergency nursing competencies to nursing students in Indonesia. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 7(2), 340–345.