

KUESIONER PERAWATAN DIRI
SELF-CARE OF CORONARY HEART DISEASE INVENTORY (SC-CHDI)
VERSI 3

Semua jawaban bersifat rahasia

Pikirkan tentang bagaimana perasaan Anda dalam satu bulan terakhir untuk menjawab pertanyaan berikut.

Bagian A:

Pertanyaan di bawah ini merupakan anjuran umum yang diberikan pada pasien dengan penyakit jantung. Seberapa rutin Anda melakukannya?

	Tidak pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
1. Membuat janji dengan dokter atau petugas kesehatan	1	2	3	4	5
2. Minum aspirin atau obat pengencer darah lainnya	1	2	3	4	5
3. Melakukan sesuatu untuk mengatasi stres (contoh meditasi, yoga, mendengarkan musik)	1	2	3	4	5
4. Melakukan aktivitas fisik (contoh jalan cepat atau menggunakan tangga)	1	2	3	4	5
5. Minum obat tanpa melewatkan dosis	1	2	3	4	5
6. Meminta makanan rendah lemak ketika makan di luar atau berkunjung ke tempat orang lain	1	2	3	4	5
7. Berusaha menjaga kesehatan (contoh vaksin influenza, mencuci tangan)	1	2	3	4	5
8. Makan buah dan sayuran	1	2	3	4	5
9. Menghindari rokok dan/atau perokok	1	2	3	4	5

Bagian B:

Pertanyaan berikut adalah hal umum yang dipantau pada pasien dengan penyakit jantung koroner. Seberapa sering Anda melakukan hal-hal berikut?

	Tidak pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
10. Memantau kondisi Anda?	1	2	3	4	5
11. Memperhatikan perubahan yang terjadi pada diri Anda?	1	2	3	4	5
12. Memeriksa tekanan darah Anda?	1	2	3	4	5
13. Memantau apakah Anda lebih mudah lelah saat melakukan aktivitas normal?	1	2	3	4	5
14. Memantau kejadian efek samping obat?	1	2	3	4	5
15. Memantau terjadinya gejala?	1	2	3	4	5
16. Memantau berat badan Anda?	1	2	3	4	5

Pengenalan Gejala

Sebagian besar pasien penyakit jantung mengalami gejala nyeri dada, tekanan dada, rasa terbakar, berat, sesak nafas dan kelelahan. Terakhir kali Anda merasakan gejala.....

	Tidak pernah mengalami gejala	Tidak mengenali gejala yang terjadi	Sangat tidak cepat	Tidak cepat	Agak cepat	Cepat	Sangat cepat
17. Seberapa cepat Anda mengenali gejala tersebut sebagai gejala penyakit jantung?	N/A	0	1	2	3	4	5

BAGIAN C:

Pertanyaan berikut adalah tindakan yang dilakukan pada pasien dengan penyakit jantung. Jika Anda mengalami salah satu gejala, seberapa mungkin Anda mencoba salah satu tindakan ini?

	Sangat tidak mungkin	Tidak mungkin	Sedikit mungkin	Mungkin	Sangat mungkin
18. Mengubah tingkat aktivitas Anda (mengurangi aktivitas, istirahat)	1	2	3	4	5
19. Konsumsi obat aspirin	1	2	3	4	5
20. Konsumsi obat untuk mengurangi atau menghilangkan gejala	1	2	3	4	5
21. Menghubungi penyedia layanan kesehatan Anda untuk memberikan petunjuk	1	2	3	4	5
22. Menceritakan gejala yang dialami pada dokter atau petugas kesehatan pada kunjungan selanjutnya	1	2	3	4	5

Pikirkan salah satu tindakan perawatan yang Anda gunakan terakhir kali ketika Anda mengalami gejala penyakit jantung (lingkari salah satu angka)

	Tidak melakukan apa pun	Sangat tidak yakin	Tidak yakin	Sedikit yakin	Yakin	Sangat yakin
23. Apakah tindakan perawatan yang Anda gunakan membuat Anda merasa lebih baik?	0	1	2	3	4	5