

HUBUNGAN FATIGUE DENGAN *SELF CARE* PADA PASIEN PENYAKIT GINJAL KRONIS (PGK) YANG MENJALANI HEMODIALISIS

Zakiah Rahman^{(1)✉}, Umu Fadhilah⁽²⁾, Mawar Eka Putri⁽³⁾, Ayu Putri Ananda⁽⁴⁾

^{(1),(2),(3)} Prodi D-III keperawatan, Stikes Hang Tuah Tanjungpinang, Kepri, Indonesia

⁽⁴⁾ Prodi S-1 Keperawatan, Stikes Hang Tuah Tanjungpinang, Kepri, Indonesia

ARTICLE INFO

Artikel history

Submitted : 01 mei 2026

Accepted : 06 juni 2026

Publish : 30 juni 2026

Kata Kunci:

Fatigue, Gagal Ginjal
 Kronik, Hemodialisa, *Self-Care*

ABSTRAK

Penyakit ginjal kronik (PGK) adalah gangguan yang terjadi pada fungsi ginjal, sehingga perlu dilakukan tindakan hemodialisis untuk membuang sisa metabolisme dimana terapi hemodialisis memiliki efek samping yaitu fatigue atau kelelahan dan *self-care* pasien. Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui hubungan *fatigue* dengan *self-care* pada pasien PGK yang menjalani hemodialisis di Ruang Hemodialisa RS-BLUD Kota Tanjungpinang. Metode Penelitian ini menggunakan desain studi *Correlation* dengan pendekatan *Cross Sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling*. Sampel sebanyak 58 orang pasien hemodialisa. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner FACIT Version-4 dan *Self Care of CKD Index*. Hasil: Hasil uji *Spearman Rank* dengan nilai *p* value 0,001, nilai *r* = 0,472 menunjukkan arah hubungan positif dengan tingkat kekuatan hubungan sedang. Kesimpulan: ada hubungan *fatigue* dan *self-care* pada pasien GGK yang menjalani hemodialisis. Saran bagi pasien hemodialisis agar dapat menjaga dan merawat diri sebagai upaya untuk mencegah dampak buruk bagi kesehatan sehingga kualitas hidup baik dan melakukan aktivitas sehari-hari dengan semestinya.

ABSTRACT

Keywords:

Fatigue, Chronic Kidney
 Failure, Hemodialysis, *Self-Care*

*Chronic kidney disease (CKD) is a disorder that occurs in kidney function, so hemodialysis is necessary to remove metabolic waste. where hemodialysis therapy has side effects, namely fatigue and patient self-care. The purpose of this study was to determine the relationship between fatigue and self-care in CKD patients undergoing hemodialysis in the Hemodialysis Room of RS-BLUD Tanjungpinang City. This Method used a Correlation study design with a Cros Sectional approach. The sampling technique used Purposive Sampling. A sample of 58 hemodialysis patients. Data collection tools used the FACIT Version-4 questionnaire and the Self Care of CKD Index. Results: The results of the Spearman Rank test with a *p* value of 0.001, *r* = 0.472 indicate a positive relationship with a moderate level of relationship strength. Conclusion: there is a relationship between fatigue and self-care in CKD patients undergoing hemodialysis. Suggestions for hemodialysis patients are to maintain and care for themselves as an effort to prevent adverse effects on health so that the quality of life is good and carry out daily activities properly.*

✉ Corresponding Author:

Zakiah Rahman
 Prodi D-III Keperawatan Stikes Hang Tuah Tanjungpinang
 Telp. 081361022849
 Email: faizazka2@gmail.com

PENDAHULUAN

Penyakit ginjal kronis merupakan salah satu masalah kesehatan global karena jumlah penderitanya terus mengalami peningkatan. Penyakit ini terjadi akibat adanya kelainan pada struktur maupun fungsi ginjal yang berlangsung lebih dari tiga bulan. Penurunan fungsi ginjal yang terus berlangsung dapat menyebabkan berbagai komplikasi seperti: proteinuria, albuminuria, peningkatan kadar urea, gangguan metabolisme, ketidakseimbangan cairan dan elektrolit, hingga berisiko menyebabkan kematian apabila tidak ditangani secara optimal (Rahman et al., 2022; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Menurut World Health Organization (2022), Sekitar 500 juta orang di dunia terdiagnosa mengalami gagal ginjal kronis. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 yang diterbitkan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, prevalensi PGK di Indonesia mencapai 0,38% atau setara dengan 3,8 kasus per 1.000 penduduk. Dari jumlah tersebut, sekitar 60% penderita membutuhkan terapi dialisis sebagai upaya mempertahankan kehidupan. Meskipun prevalensi PGK di Indonesia relatif lebih rendah dibandingkan beberapa negara lain, jumlah penderita yang membutuhkan terapi pengganti ginjal terus mengalami peningkatan sehingga menjadi tantangan bagi sistem pelayanan kesehatan nasional.

Pada stadium akhir gagal ginjal kronis, ketika fungsi ginjal mengalami penurunan secara permanen dan tidak mampu lagi menjalankan fungsinya, pasien memerlukan terapi pengganti ginjal. Berdasarkan data Indonesian Renal Registry (IRR) tahun 2020, terapi hemodialisis (HD) merupakan pilihan utama yang digunakan oleh sebagian besar pasien PGK di Indonesia. Hemodialisis merupakan bentuk terapi pengganti ginjal yang paling banyak diterapkan pada pasien penyakit ginjal kronis (PGK) stadium akhir. Data Indonesian Renal Registry tahun 2020 menunjukkan bahwa sekitar 98% pasien PGK stadium akhir di Indonesia menjalani hemodialisis sebagai modalitas terapi utama. Prosedur ini berfungsi untuk membantu tubuh dalam membuang sisa-sisa metabolisme serta kelebihan cairan yang tidak dapat diekskresikan oleh ginjal yang mengalami penurunan fungsi. Tingginya angka penggunaan hemodialisis dipengaruhi oleh terbatasnya ketersediaan donor ginjal, rendahnya angka keberhasilan atau pelaksanaan transplantasi ginjal, serta keterbatasan fasilitas pelayanan kesehatan yang tersedia (Indonesian Renal Registry, 2020; National Kidney Foundation, 2024).

Meskipun hemodialisis mampu mempertahankan kelangsungan hidup pasien, terapi ini juga menimbulkan berbagai masalah fisik dan psikologis. Salah satu keluhan yang paling sering dialami pasien yang menjalani hemodialisis adalah kelelahan (*fatigue*). Kelelahan dilaporkan dialami oleh sekitar 60% hingga 97% pasien yang menjalani hemodialisis jangka panjang dan menjadi salah satu gejala yang paling mengganggu dalam kehidupan sehari-hari pasien (Flythe et al., 2019; Watson et al., 2020; KDOQI, 2020). Kondisi ini berdampak negatif terhadap fungsi fisik dan mental pasien, menurunkan kemampuan beraktivitas, meningkatkan risiko depresi, penyakit kardiovaskular, bahkan berhubungan dengan peningkatan angka mortalitas (Sułkowski et al., 2025).

Kelelahan pada pasien hemodialisis dipengaruhi oleh berbagai faktor. Frekuensi tindakan hemodialisis yang umumnya dilakukan sebanyak dua hingga tiga kali dalam seminggu dapat memberikan tekanan fisiologis dan psikologis yang cukup besar. Selama proses dialisis terjadi perubahan keseimbangan cairan, metabolisme tubuh, fungsi kardiovaskular, serta perfusi jaringan yang dapat memicu munculnya kelelahan. Kelelahan biasanya meningkat sebelum tindakan hemodialisis dimulai dan dapat berlanjut selama maupun setelah prosedur berlangsung. Penurunan berat badan intradialisis akibat perpindahan cairan yang berlebihan serta terjadinya hipoperfusi selama prosedur dialisis juga berkontribusi terhadap munculnya fatigue pada pasien (Bossola et al., 2023).

Selain faktor terkait prosedur dialisis, kelelahan juga dipengaruhi oleh berbagai kondisi lain, seperti gangguan psikologis, kualitas tidur yang buruk, anemia, malnutrisi, uremia, hiperparatiroidisme, depresi, efek samping pengobatan, pembatasan diet dan cairan, rendahnya aktivitas fisik, serta faktor sosial demografi seperti usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan status pernikahan. *Fatigue* yang tidak teratasi dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, antara lain ketidaknyamanan fisik, gangguan perawatan diri (*self-care deficit*), depresi, penurunan kemampuan fungsional, serta menurunnya kualitas hidup pasien (Musniati & Kusumawardani, 2019).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi dampak kelelahan pada pasien PGK adalah dengan meningkatkan kemampuan *self-care*. *Self-care* merupakan serangkaian tindakan yang dilakukan individu secara mandiri untuk menjaga, mempertahankan, dan meningkatkan kesehatan fisik, psikologis, emosional, maupun sosial (Laia et al., 2021).

Pada pasien PGK yang menjalani hemodialisis, *self-care* mencakup berbagai perilaku perawatan mandiri, seperti kepatuhan terhadap pengaturan diet dan pembatasan cairan, kepatuhan minum obat, aktivitas fisik yang sesuai, perawatan akses vaskular (fistula atau graft), pemantauan kondisi kesehatan termasuk berat badan dan tekanan darah, manajemen masalah pasca dialisis, serta pengelolaan kesehatan mental dan istirahat yang adekuat. Perilaku-perilaku tersebut berperan penting dalam meningkatkan hasil klinis, mencegah komplikasi, dan mempertahankan kualitas hidup pasien yang menjalani hemodialisis (Natashia et al., 2020; Wembenyui et al., 2025; Nursalam, N., et al. (2022).

Self-care memiliki peran penting dalam keberhasilan pengelolaan penyakit kronis karena dapat membantu pasien mengendalikan gejala, mencegah komplikasi, meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan, serta memperbaiki kualitas hidup. Pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisis, *self-care* mencakup pengelolaan diet dan cairan, kepatuhan menjalani terapi, pemantauan kondisi kesehatan, perawatan akses vaskular, aktivitas fisik, serta manajemen gejala yang muncul selama proses pengobatan. Pasien yang memiliki kemampuan *self-care* yang baik cenderung lebih mampu mempertahankan stabilitas kondisi kesehatan, menjaga keseimbangan cairan dan nutrisi, serta mengurangi dampak fisik dan psikologis akibat penyakit yang dideritanya (Griva et al., 2018; Lin et al., 2020). Sebaliknya, rendahnya kemampuan *self-care* dapat menyebabkan ketidakpatuhan terhadap terapi, peningkatan komplikasi, seringnya rawat inap, dan penurunan kualitas hidup pasien (Riegel et al., 2021).

Hasil penelitian Al-Naamani et al. (2025) menemukan bahwa pasien menggunakan berbagai strategi *self-management* untuk mengatasi *fatigue* yang dialami selama menjalani hemodialisis. Pasien hemodialisis menggunakan berbagai strategi *self-management* untuk mengatasi *fatigue*, seperti pengaturan aktivitas harian, manajemen waktu istirahat, modifikasi pola makan, dukungan keluarga, dan pendekatan spiritual. Namun, efektivitas strategi tersebut sangat dipengaruhi oleh kemampuan *self-care* masing-masing pasien.

Namun demikian, hingga saat ini masih sangat terbatas penelitian yang secara langsung menguji hubungan antara tingkat *self-care* dengan tingkat *fatigue* pada pasien penyakit ginjal kronis yang menjalani hemodialisis. Oleh karena itu, penelitian mengenai hubungan *self-care* dengan *fatigue* penting dilakukan untuk menghasilkan bukti ilmiah yang dapat digunakan sebagai dasar pengembangan intervensi keperawatan dalam mengurangi *fatigue* dan meningkatkan kualitas hidup pasien hemodialisis.

METODE

Jenis Penelitian

Kuantitatif: Jenis penelitian yang digunakan seperti analitik dengan analitik dengan desain *cross sectional*.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan di Ruang Hemodialisa RS-BLUD Kota Tanjungpinang pada Juli 2024

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini 68 pasien yang menjalani HD di ruang hemodialisa, Jumlah sampel menggunakan rumus slovin, $n = \frac{N}{1 + N e^2}$ sebanyak 58 orang dengan teknik sampel *purposive sampling* sesuai kriteria inklusi : bersedia menjadi responden, berusia 18-70 tahun pasien yang menjalani hemodialisa secara rutin 2 kali seminggu, pasien sadar dan tidak mengalami penyakit HIV/Aids.

Pengumpulan Data

Data primer dalam penelitian ini dikumpulkan langsung oleh peneliti menggunakan instrumen kuesioner versi Bahasa Indonesia. Kuesioner tersebut dibagi menjadi dua bagian utama: (1) FACIT fatigue scale version 4, 13 pertanyaan skala Likert untuk menilai fatigue (skor 0-18 = fatigue ringan, skor 19-27 = fatigue sedang, skor 28-36 = fatigue berat) : (2) Self Care Of CKD Index ada 19 pertanyaan untuk mengidentifikasi *self care* (tingkat ketergantungan : Skor 19-38= ketergantungan penuh, skor 39-57= ketergantungan sebagian, skor 58-76= tidak tergantung) responden. Untuk memastikan kualitas instrumen dilakukan uji validitas dan reliabilitas telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Dimana seluruh item dinyatakan valid (nilai r hitung > r tabel pada signifikansi < 0,05). Hasil uji reliabilitas FACIT Version-4 dengan nilai Cronbach's Alpha 0,758 & Self Care Of CKD Index dengan nilai 0,793, hal ini terbukti kuesioner FACIT fatigue scale & Self Care Of CKD Index bahwa hasil uji reliabilitas berada di atas ambang batas penerimaan ($\alpha > 0,6$), maka dinyatakan kedua kuesioner reliabel dapat digunakan pada penelitian.

Seluruh tahapan prosedur penelitian ini telah melalui tinjauan dan mendapatkan persetujuan kelayakan etik (*ethical clearance*) dari Komisi Etik Stikes Hang Tuah Tanjung Pinang. Setelah data dikumpulkan dilakukan analisis statistik uji statistik univariat dan bivariat spearman rank test untuk menguji hubungan antara variabel tingkat *fatigue* dan variabel *self care* pasien hemodialisis.

Analisis Data

Sesuai skala data variabel maka uji statistik digunakan uji korelasi Spearman Rank dipilih sebagai metode analisis untuk menganalisis hubungan antara variabel *fatigue* dengan *self care* pasien hemodialisis dengan hasil uji dengan nilai p value 0,001, nilai $r = 0,472$ menunjukkan arah hubungan positif dengan tingkat kekuatan hubungan sedang.

HASIL

Hasil penelitian ini dipaparkan ke dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan hubungan *fatigue* dengan *self care* pasien penyakit ginjal kronik (PGK) yang menjalani hemodialisis (HD).

1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden: Usia, Jenis Kelamin, Lama Menderita, Pekerjaan, Pendidikan Pasien PGK Yang Menjalani Hemodialisa (n=58)

Karakteristik	<i>f</i>	%
Usia		
Remaja akhir (17-25 tahun)	2	3.4

Karakteristik	f	%
Dewasa akhir (26-45 tahun)	18	31
Lansia awal (46-55 tahun)	13	22,4
Lansia akhir (56-70 tahun)	25	43,1
Jenis Kelamin		
Laki-laki	34	58,6
Perempuan	24	41,4
Lama hemodialisa		
>3 bulan	42	72,4
<3 bulan	16	42,6
Pendidikan		
SD	3	5,2
SMP	3	5,2
SMA	50	86,2
Sarjana	2	3,4
Total	58	100

Pada tabel 1 Karakteristik responden sebagian besar responden berusia lansia akhir (56-70 tahun) 25 orang (43,1%), berjenis kelamin laki-laki 34 orang (58,6%), lama menjalani hemodialisis mayoritas >3 bulan 42 orang (72,4%) dan pendidikan SMA 50 orang (86,2%).

2. Hubungan *Fatigue* dengan *Self Care* Pasien Penyakit Ginjal Kronis (PGK) Yang Menjalani Hemodialisis (HD)

Tabel.2 Hubungan *Fatigue* dengan *Self Care* Pasien Penyakit Ginjal Kronis (PGK) Yang Menjalani Hemodialisis (HD)

Tingkat Kecukupan Remedialitas (IKB)									
<i>Fatigue</i>	<i>Self care (Ketergantungan)</i>				<i>Total</i>		<i>P-Value</i>	<i>Coefficient correlation</i>	
	Penuh		Sebagian		Tidak Penuh				
	n	%	N	%	n	%	n	%	
Berat	31	53,4	16	27,6	0	0	47	81	0,001
Sedang	0	0	2	3,4	8	13,8	10	17,2	
Ringan	0	0	0	0	1	1,7	1	1,7	
	31	53,4	18	31	9	15,5	58	100	

Berdasarkan Tabel.2 menunjukkan bahwa mayoritas *fatigue* berat sebanyak 47 orang (81%) dengan *self care* ketergantungan penuh 31 orang (53,4%) & ketergantungan sebagian 16 orang (27,6%). *Fatigue* sedang sebanyak 10 orang (17,2 %) dengan *self care* tingkat ketergantungan sebagian 2 orang (3,4%) & *self care* ketergantungan tidak penuh penuh 8 orang (13,8%). Sedang *fatigue* ringan 1 orang (1,7%) dengan *self care* ketergantungan tidak penuh 1 orang (1,7%).

Hasil uji statistik nilai *pvalue* sebesar 0,001 = α (0,05, dengan nilai korelasi $r = 0,472$. Hal ini membuktikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *fatigue* dan *self care* pada pasien PGK yang menjalani hemodialisis dengan arah hubungan positif tingkat kekuatan hubungan sedang.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami *fatigue* berat yang disertai dengan tingkat ketergantungan penuh dalam melakukan *self care*. Hasil uji statistik juga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *fatigue* dan *self care* pada pasien penyakit ginjal kronis (PGK) yang menjalani hemodialisis dengan kekuatan hubungan

kategori sedang dan arah hubungan positif. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat fatigue yang dialami pasien, maka semakin tinggi pula tingkat ketergantungan pasien dalam melakukan perawatan diri, sehingga kemampuan self care mandiri menjadi semakin menurun.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyudi et al. (2022) yang menemukan adanya hubungan signifikan antara tingkat kelelahan dan kemampuan perawatan diri pada pasien penyakit ginjal kronis yang menjalani hemodialisis. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa fatigue merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi kemampuan pasien dalam memenuhi kebutuhan perawatan dirinya sehari-hari.

Pada pasien PGK yang menjalani hemodialisis, fatigue merupakan salah satu gejala yang paling sering dialami dan menjadi masalah utama yang memengaruhi kualitas hidup. Pasien harus menjalani terapi hemodialisis secara rutin, mematuhi pembatasan cairan dan diet, serta menghadapi berbagai perubahan fisik maupun psikologis akibat penyakit yang dideritanya. Kondisi ini menyebabkan pasien mengalami kelelahan fisik dan mental yang berkepanjangan, ditandai dengan rasa lemah, kurang energi, serta penurunan kemampuan dalam melakukan aktivitas sehari-hari dan aktivitas sosial (Davey et al., 2019; Sulkowski et al., 2025). Selain itu, fatigue juga dapat menurunkan konsentrasi, menyebabkan gangguan tidur, perubahan suasana hati, serta menurunkan motivasi pasien untuk melakukan aktivitas yang berkaitan dengan perawatan dirinya (Natashia et al., 2020).

Secara fisiologis, fatigue pada pasien hemodialisis dipengaruhi oleh berbagai faktor. Penurunan fungsi ginjal menyebabkan terjadinya akumulasi sisa metabolisme dan toksin uremik dalam tubuh yang berdampak pada penurunan kapasitas fisik pasien. Selain itu, anemia akibat rendahnya kadar hemoglobin yang sering terjadi pada pasien PGK dapat menyebabkan berkurangnya suplai oksigen ke jaringan tubuh sehingga pasien mudah mengalami kelelahan, sesak nafas, dan kelemahan fisik. Lamanya proses hemodialisis yang berlangsung sekitar 4–5 jam setiap sesi juga dapat menyebabkan kehilangan energi dan perubahan hemodinamik yang memicu kelelahan setelah tindakan selesai. Faktor lain seperti rendahnya aktivitas fisik, gangguan nutrisi, stress emosional, dan kurangnya variasi aktivitas sehari-hari turut memperburuk kondisi fatigue yang dialami pasien (Suparti et al., 2018).

Selain memengaruhi aktivitas fisik, fatigue juga berdampak pada aspek psikologis dan sosial pasien. Kelelahan yang terus-menerus dapat mengurangi kemampuan pasien untuk menjalankan peran dalam keluarga maupun lingkungan sosial. Pasien menjadi lebih pasif, kehilangan motivasi, bahkan mengalami penurunan kepercayaan diri karena ketergantungan terhadap orang lain semakin meningkat. Kondisi tersebut dapat menyebabkan kualitas hidup pasien menurun secara signifikan (Alshammari et al., 2024). Debnath et al. (2021) juga menyatakan bahwa fatigue merupakan salah satu faktor yang paling berpengaruh terhadap penurunan kualitas hidup pasien yang menjalani dialisis.

Dalam teori keperawatan, *self-care* merupakan kemampuan individu untuk melakukan tindakan yang diperlukan guna mempertahankan kehidupan, kesehatan, dan kesejahteraan secara mandiri. *Self-care* mencakup kemampuan pasien dalam memenuhi kebutuhan dasar, mengelola penyakit, mematuhi terapi, serta beradaptasi terhadap perubahan kondisi kesehatan yang dialami (Utomo et al., 2019). Pada pasien PGK yang menjalani hemodialisis, kemampuan *self-care* sangat penting karena sebagian besar keberhasilan terapi bergantung pada keterlibatan aktif pasien dalam menjalankan perawatan sehari-hari (Lee & Cho, 2025; Mehraeen, et., 2025).

Kemampuan *self-care* yang baik memungkinkan pasien untuk mengontrol asupan cairan dan makanan, menjaga akses vaskular, melakukan aktivitas fisik sesuai kemampuan, mengelola stres, mematuhi pengobatan, serta mengikuti jadwal hemodialisis secara teratur. Sebaliknya, kemampuan *self-care* yang rendah dapat menyebabkan ketidakpatuhan terhadap

terapi, memperburuk kondisi kesehatan, meningkatkan risiko komplikasi, serta menurunkan kualitas hidup pasien (Bettoni et al., 2017). Menurut Sulistyaningsih et al. (2023), *self-care* juga berperan dalam membantu pasien beradaptasi terhadap berbagai perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang terjadi akibat penyakit ginjal kronis maupun terapi hemodialisis.

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat dipahami bahwa *fatigue* merupakan faktor yang berkontribusi terhadap menurunnya kemampuan *self-care* pada pasien PGK yang menjalani hemodialisis. Semakin berat *fatigue* yang dialami pasien, semakin besar hambatan yang dirasakan dalam melakukan aktivitas perawatan diri secara mandiri. Oleh karena itu, diperlukan upaya dari tenaga kesehatan, khususnya perawat, untuk mengidentifikasi tingkat *fatigue* secara dini serta memberikan intervensi yang dapat membantu mengurangi kelelahan pasien. Intervensi tersebut dapat berupa edukasi manajemen energi, latihan fisik ringan yang terprogram, dukungan psikologis, optimalisasi status nutrisi, serta peningkatan motivasi pasien dalam melakukan *self-care*. Dengan berkurangnya tingkat *fatigue*, diharapkan kemampuan *self-care* pasien dapat meningkat sehingga kualitas hidup pasien yang menjalani hemodialisis menjadi lebih baik.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara *fatigue* dan *self-care* pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisis di Ruang HD RS-BLUD Kota Tanjungpinang dengan jumlah responden sebanyak 58 orang. Faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan lama menjalani hemodialisis diketahui mempengaruhi tingkat *fatigue* serta kemampuan pasien dalam melakukan perawatan diri. Kemampuan *self care* cenderung meningkat ketika tingkat *fatigue* menurun.

Tenaga kesehatan, khususnya perawat, perlu memahami bahwa pasien GGK yang menjalani hemodialisis, terutama pasien dengan usia lebih tua, umumnya memiliki kemampuan perawatan diri yang lebih rendah dan tingkat *fatigue* yang lebih tinggi dibandingkan pasien yang lebih muda. Oleh karena itu, pasien hemodialisis dengan usia lanjut memerlukan perhatian dan pemantauan yang lebih optimal karena memiliki risiko lebih besar mengalami gangguan dalam melakukan perawatan diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Naamani, Z., Gormley, K., Noble, H., Santin, O., Al Omari, O., Al-Noumani, H., & Madkhali, N. (2024). The lived experiences of fatigue among patients receiving haemodialysis in Oman: A qualitative exploration. *BMC Nephrology*, 25(1). <https://doi.org/10.1186/s12882-024-03647-2>.
- Al-Naamani, Z., Gormley, K., Noble, H., Santin, O., Omari, O. A., Al-Noumani, H., & Madkhali, N. (2025). Navigating strategies used to manage fatigue by patients undergoing hemodialysis: A qualitative exploratory design. *BMC Nephrology*, 26(1), 226. <https://doi.org/10.1186/s12882-025-04140-0>
- Alshammari, M. S., Alqahtani, M. A., & Almutairi, A. F. (2024). Fatigue and its impact on quality of life among hemodialysis patients. *BMC Nephrology*, 25, 112. <https://doi.org/10.1186/s12882-024-03456-7>
- Bossola, M., Di Stasio, E., Antocicco, M., & Pepe, G. (2023). Fatigue in patients on chronic hemodialysis: Current knowledge and future directions. *Journal of Clinical Medicine*, 12(5), 1765. <https://doi.org/10.3390/jcm12051765>
- Davey, C. H., Webel, A. R., Sehgal, A. R., Voss, J. G., & Huml, A. M. (2019). Fatigue in individuals with end stage renal disease. *Nephrology nursing journal: journal of the American Nephrology Nurses' Association*, 46(5), 497. PMID: 31566345; PMCID: PMC7047987.

- Debnath, S., Mandal, S. K., & Ray, S. (2021). Fatigue and quality of life in patients undergoing maintenance hemodialysis. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 15(3), VC01–VC05. <https://doi.org/10.7860/JCDR/2021/47045.14594>
- Flythe, J. E., Hilliard, T., Castillo, G., Ikeler, K., Orazi, J., Abdel-Rahman, E., & Miskulin, D. C. (2019). Symptom prioritization among adults receiving in-center hemodialysis: A mixed methods study. *Clinical Journal of the American Society of Nephrology*, 13(5), 735–745. <https://doi.org/10.2215/CJN.10850917>
- Griva, K., Nandakumar, M., Ng, J. A. H., Lam, K. F. Y., McBain, H., & Newman, S. P. (2018). Hemodialysis self-management intervention randomized trial (HED-SMART): A practical low-intensity intervention to improve adherence and clinical markers in patients receiving hemodialysis. *American Journal of Kidney Diseases*, 71(3), 371–381. <https://doi.org/10.1053/j.ajkd.2017.09.012>
- Indonesian Renal Registry. (2020). 13th Annual report of Indonesian Renal Registry 2020. Perhimpunan Nefrologi Indonesia. <https://www.indonesianrenalregistry.org>
- KDOQI. (2020). *KDOQI clinical practice guideline for hemodialysis adequacy*. National Kidney Foundation. <https://www.kidney.org>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil kesehatan Indonesia 2023*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Laporan nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI. <https://layanandata.kemkes.go.id/katalog-data/riskesdas/ketersediaan-data/riskesdas-2018>
- Laia, A., Barone, S., D'Angelo, A., Giarin, M., & Riegel, B. (2021). Self-care in patients with chronic kidney disease: A concept analysis. *International Journal of Nursing Studies*, 122, 104044. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2021.104044>
- Lee, H., & Cho, M.-K. (2025). Effects of shared decision-making, health literacy, and self-care knowledge on self-care behavior among hemodialysis patients. *Healthcare*, 13(2), 175. <https://doi.org/10.3390/healthcare13020175>
- Lin, C. C., Lee, B. O., Hicks, F. D., & Chiang, C. L. (2020). The impact of self-management on health outcomes among patients with chronic kidney disease: A systematic review. *Journal of Advanced Nursing*, 76(8), 1883–1895. <https://doi.org/10.1111/jan.14379>
- Mehraeen, E., SeyedAlinaghi, S., Mohammadi, S., et al. (2025). Self-care behaviors in patients receiving hemodialysis: A systematic review of recent evidence. *International Journal of Preventive Medicine*, 16, 71. https://doi.org/10.4103/ijpvm.ijpvm_126_24
- Murniati, M., & Kusumawardani, D. (2019). Gejala fatigue pada pasien hemodialisa menggunakan skala FSS. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 11(2), 1–8. <https://doi.org/10.53388/TMRIN2021163169>
- Natashia, D., Yen, M., Chen, H. M., & Fetzer, S. J. (2020). Self-management behaviors in patients undergoing hemodialysis: A systematic review. *Journal of Clinical Nursing*, 29(17–18), 3318–3330. <https://doi.org/10.1111/jocn.15344>
- National Kidney Foundation. (2024). *Hemodialysis*. <https://www.kidney.org/kidney-topics/hemodialysis>
- Nursalam, N., Efendi, F., & Tristiana, R. D. (2022). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan praktis* (5th ed.). Salemba Medika.
- Rahman, Z., Khariroh, S., & Abdi, F. N. (2022). Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik Dengan Komorbid Diabetes Melitus Dan Hipertensi Yang Menjalani Hemodialisa. *Menara Medika*, 5(1), 121–127. <https://doi.org/10.31869/mm.v5i1.3541>

- Riegel, B., Jaarsma, T., Lee, C. S., & Strömberg, A. (2021). Integrating symptoms into the middle-range theory of self-care of chronic illness. *Advances in Nursing Science*, 44(3), 206–215. <https://doi.org/10.1097/ANS.0000000000000358>
- Suparti, S., & Nurjanah, S. (2018). Hubungan depresi dengan fatigue pada pasien hemodialisis. *JeS (Journal of Health Studies)*, 2(1), 62-74. <http://doaj.org/toc/2549-3353>
- Sułkowski, Ł., Dąbrowska-Bender, M., Banasik, J., & Staniszevska, A. (2025). Fatigue and quality of life in patients undergoing hemodialysis: A multicenter study. *BMC Nephrology*, 26, 695. <https://doi.org/10.1186/s12882-025-04550-0>
- Sulistyaningsih, D., Widyawati, M. N., & Sari, Y. P. (2023). Self-care behavior and adaptation in chronic kidney disease patients undergoing hemodialysis. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 26(2), 85–93. <https://doi.org/10.7454/jki.v26i2.1234>
- Utomo, D. E., Ratnasari, F., & Andrian, A. (2019). Hubungan Self Care Management Dengan Kualitas Hidup Pasien Congestive Heart Failure. *Jurnal Kesehatan*, 8(2), 98–108. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v8i2.145>
- Wahyudi, A., Hidayati, L., & Sari, N. P. (2022). Hubungan tingkat kelelahan dengan kemampuan self-care pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. *Jurnal Keperawatan Klinis dan Komunitas*, 6(2), 85–92.
- Watson, E. L., Baker, L. A., Wilkinson, T. J., Gould, D. W., Graham-Brown, M. P. M., Major, R. W., McPhee, J. S., & Smith, A. C. (2020). Reductions in skeletal muscle mitochondrial mass are not restored following exercise training in patients with chronic kidney disease. *FASEB Journal*, 34(1), 1755–1767. <https://doi.org/10.1096/fj.201901936RR>
- Wembenyui, E., Mwangome, M., & Mbugua, E. (2025). Self-care practices among patients undergoing maintenance hemodialysis: A cross-sectional study. *BMC Nephrology*, 26(1), 118.
- World Health Organization. (2022). *Kidney disease*. World Health Organization. Retrieved from <https://www.who.int/health-topics/kidney-disease>