

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gagal ginjal, ancaman maut yang mengintai dengan ancaman kematian. Gagal ginjal bukan sekedar ancaman kesehatan, melainkan sebuah perjalanan kegelapan yang bisa mengakhiri hidup, sehingga penyakit ini dapat menimbulkan angka kematian yang tinggi. Gagal ginjal yang terus berlanjut menjadi tantangan kesehatan global dan mengakibatkan peningkatan angka kematian.

Gagal ginjal kronis adalah situasi di mana kinerja ginjal secara perlahan menurun sehingga tidak dapat mempertahankan keseimbangan tubuh secara optimal. Ini merupakan salah satu gangguan kesehatan tidak menular yang berkembang secara bertahap dan tidak dapat disembuhkan sepenuhnya. Kerusakan pada unit fungsional ginjal, seperti glomerulus dan tubulus, mengakibatkan ketidakmampuan bagi ginjal untuk berfungsi secara normal (Siregar, C. 2020).

Prevalensi penyakit ginjal kronik menurut World Health Organization (WHO) 2018 dalam Syahputra, E dkk tahun 2022, Gagal ginjal kronik merupakan masalah kesehatan yang signifikan, dimana sekitar 1 dari 10 penduduk dunia terkena penyakit ginjal kronik. Diperkirakan bahwa 5 hingga 10 juta kematian pasien terjadi setiap tahun akibat gagal ginjal kronik. Selain hal itu, perkiraan menyebutkan bahwa sekitar 1,7 juta orang meninggal setiap tahunnya karena kerusakan ginjal yang bersifat akut. Fakta ini menegaskan bahwa masalah kesehatan terkait ginjal merupakan beban serius dengan dampaknya yang merata di seluruh dunia dan memengaruhi jutaan individu. Prevalensi diagnosis penyakit gagal ginjal kronis di Indonesia mengalami peningkatan sebanyak 0,38% menurut Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, yaitu 713.783 jiwa. Jawa barat merupakan yang tertinggi pertama di Indonesia yaitu mencapai 131.846 jiwa dan Jawa Timur menempati posisi kedua dengan jumlah mencapai 113.045 individu,

sementara di Sumatera Utara mencapai 36.410 individu atau sekitar 0,33% (Kemenkes, 2019).

Menurut Pranandari, R., & Supadmi, W tahun 2015 kegagalan ginjal dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk umur, gender, serta riwayat penyakit seperti DM, hipertensi, dan gangguan metabolik lainnya yang dapat mengakibatkan gangguan fungsi ginjal. Disamping itu, penggunaan obat pereda nyeri (analgetik) dan obat antiinflamasi nonsteroid (OAINS) juga dapat menjadi penyebab yang signifikan, baik obat yang dikonsumsi secara bebas maupun yang diresepkan oleh dokter untuk periode yang panjang, dapat meningkatkan bahaya nekrosis papiler maupun gagal ginjal kronis. Disamping itu, kebiasaan mengkonsumsi rokok juga dapat menjadi faktor penyebab yang menyebabkan gagal ginjal.

Gagal ginjal bisa bersifat progresif dan tidak dapat dipulihkan. Gagal ginjal kronis (GGK) berdampak serius pada tubuh karena ginjal kehilangan kemampuannya untuk mempertahankan keseimbangan metabolisme, cairan dan elektrolit secara normal. Ketidaknormalan fungsi ginjal ini, jika tidak ditangani dengan cepat, dapat mengakibatkan kerusakan pada sistem organ lainnya dan bahkan memperparah kerusakan ginjal yang sudah ada, yang pada akhirnya dapat mengakibatkan kematian Smeltzer & Bare, 2002 dalam Patimah I, 2020. Penyakit ginjal tidak memiliki obat yang bisa menyembuhkannya secara total. Upaya perawatan difokuskan pada pencegahan dan perlambatan perkembangan penyakit, serta mengurangi gejala yang muncul. Tujuan pengobatan juga termasuk mengurangi risiko munculnya penyakit lain yang berkaitan dengan ginjal. Ada beberapa penanganan dalam pengobatan penyakit gagal ginjal salah satunya yaitu hemodialisa atau cuci darah menurut Ariani S tahun 2018.

Hemodialisa disebut sebagai pengobatan untuk fungsi ginjal yang dipakai untuk penderita penyakit gagal ginjal. Yang menjadi tujuannya adalah yaitu mengeliminasi toksin yang masih tersisa, mengatasi kelebihan cairan, dan menyeimbangkan elektrolit melalui proses osmosis dan difusi

menggunakan sistem dialisis internal dan eksternal. waktu hemodialisis berdasarkan kepada kebutuhan seseorang, umumnya dilakukan sekitar 4-5 jam sebanyak 2 kali seminggu (Nuari, 2017 dalam Putri, S.I., Dewi, T.K., & Ludiana,L tahun 2023). Sedangkan menurut Mailani tahun 2017 hemodialisa adalah suatu rangkaian pengobatan substitusi ginjal menggunakan lapisan semi-permeabilitas yang berperan seperti nefron hingga bisa mengeliminasi hasil metabolisme serta masalah balance elektrolit dan cairan yang tepat untuk gagal ginjal. Hemodialisa yang sedang dilakukan oleh pasien dapat menjaga daya tahan tubuh dan akan mengubah cara hidup pasien. Perkembangan ini meliputi pola makan pasien, istirahat dan tidur.

Diagnosis ginjal kronik disebabkan oleh beberapa penyebab, termasuk gaya hidup, yang menjadi salah satu penyebab yang mendukung dan meningkatkan risiko seseorang untuk mengalami penyakit ginjal kronik menurut Purnamasari, 2016 dalam Sari,R., Titik Sumiatin., Su'udi., & Yeni Lutfiana tahun 2023. Penyakit ginjal kronik dapat dipicu oleh berbagai faktor gaya hidup, termasuk mengonsumsi obat-obatan herbal, minuman yang mengandung alkohol, merokok, kurang mengonsumsi air putih dan mengonsumsi minuman suplemen berenergi. Perkembangan zaman yang praktis sering kali mendorong orang untuk mengadopsi gaya hidup yang kurang sehat. Kebiasaan jarang berolahraga, kurang mengonsumsi air putih, merokok dan mengonsumsi suplemen secara berlebihan mencerminkan pola hidup modern yang berkontribusi pada risiko penyakit ginjal kronik (Dharma dkk, 2015 dalam Sari, R., Titik Sumiatin., Su'udi., & Yeni Lutfiana tahun 2023).

Gaya hidup sehat mencakup berbagai aspek dan tidak hanya fokus pada perawatan tubuh melalui diet dan olahraga. Ini merupakan pola perilaku yang bertujuan untuk menjaga atau meningkatkan kesehatan, termasuk dalam hal menjaga kegiatan fisik teratur, menjauhi rokok, mempertahankan berat badan yang sesuai, serta menerapkan kebiasaan

makan yang seimbang (Balanzá–Martínez et al., 2020 dalam Sumarwati, M., Mulyono, W. A., Nani, D., Swasti, K. G., & Abdilah, H. A tahun 2022). Hidup sehat ini melibatkan pemikiran, emosi, aktivitas fisik maupun olahraga, pola makan yang sehat (nutrition), serta aspek kehidupan sosial dan spiritual (Melnyk et al., 2013 dalam Sumarwati, M., Mulyono, W. A., Nani, D., Swasti, K. G., & Abdilah, H. A tahun 2022). Gaya hidup yang sehat berhubungan dengan menurunkan segala faktor penyebab kematian, sambil meningkatkan umur dan kualitas hidup (Larsson et al., 2017 dalam Sumarwati, M., Mulyono, W. A., Nani, D., Swasti, K. G., & Abdilah, H. A tahun 2022).

Gaya hidup yang memengaruhi gagal ginjal kronik secara luas adalah kebiasaan konsumsi air putih, kebiasaan buang air kecil, kebiasaan konsumsi makanan asin, kebiasaan mengkonsumsi obat-obatan, kebiasaan merokok, kebiasaan mengkonsumsi alkohol dan kebiasaan aktifitas fisik.

Berdasarkan penelitian Dewi T tahun 2018 tentang Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Gagal Ginjal Kronik di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta, hasil menunjukkan bahwa 57,5% dari responden menjalani gaya hidup yang tidak sehat sedangkan 42,5% memiliki gaya hidup yang sehat. Gaya hidup pasien dalam riset ini mencakup aktivitas fisik, dimana mayoritas (52,5%) tidak baik, penggunaan zat, dimana mayoritas (55%) tidak baik, serta pola diet, dimana mayoritas (60%) tidak baik.

Demikian juga hasil penelitian oleh Wahyuni S dan Elizabet, B tahun 2023 mengenai Faktor-faktor yang Mempengaruhi Gaya Hidup pada Pasien Hemodialisis di Usia Produktif di RS Harapan Bunda Jakarta juga menunjukkan adanya pengaruh gaya hidup terhadap kejadian gagal ginjal kronik. Gaya hidup yang menjadi fokus penelitian ini meliputi kebiasaan berolahraga, kebiasaan makan dan kebiasaan merokok. Analisis menunjukkan bahwa aktivitas fisik, pola makan, dan Kebiasaan merokok

secara signifikan terkait dengan insiden gangguan - gangguan Kesehatan, dengan nilai p yang masing-masing adalah 0,000, 0,001, dan 0,001. Aktivitas fisik pasien GJK mayoritas berat sebesar 41,6%, pola makan mayoritas tidak baik sebesar 58,5% dan mayoritas pasien merokok sebanyak 72,3%.

Dan hasil penelitian Oktavia, W.S tahun 2022 tentang Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Penyakit Gagal Ginjal Kronik Pada Penduduk Usia >18 Tahun di Indonesia tahun 2018 menunjukkan hasil bahwa konsumsi buah dan sayur mayoritas kurang sebesar 99,9%, perilaku merokok mayoritas perokok sebesar 54,2%, aktivitas fisik mayoritas kurang sebesar 73,2% dan tidak mengonsumsi alkohol mayoritas sebesar 95,7%.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan di RSUD Sidikalang yakni data kunjungan penderita gagal ginjal dalam 3 tahun terakhir selalu meningkat yaitu tahun 2021 sebanyak 2.874 kali, tahun 2022 sebanyak 3.550 kali, tahun 2023 sebanyak 3.864 kali dan yang sedang menjalani hemodialisa sebanyak 42 orang.

Gagal ginjal saat ini sedang menjadi *problem* atau *trend* kesehatan yang sedang marak dibahas di lingkungan masyarakat dan prevalensi di Indonesia yang sangat tinggi merupakan latar belakang penelitian ini selain itu peneliti mempunyai tetangga dan anggota gereja yang mengidap gagal ginjal kronik dan menjalani terapi hemodialisa dan menyebabkan mereka meninggal sehingga peneliti merasa tertarik untuk meneliti bagaimana gaya hidup sehingga menyebabkan gagal ginjal.

Berdasarkan permasalahan diatas, sehingga peneliti merasa ingin untuk melaksanakan penelitian dengan judul "Gambaran Gaya Hidup Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Pre Hemodialisa Di RSUD Sidikalang Tahun 2024".

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Gambaran Gaya Hidup Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Pre Hemodialisa di RSUD Sidikalang tahun 2024”

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran gaya hidup pada pasien gagal ginjal kronik pre hemodialisa di RSUD Sidikalang tahun 2024.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan mampu menyelesaikan tugas yang diberikan serta memberikan tambahan pengetahuan selain itu, hasilnya diharapkan bisa digunakan menjadi data atau sumber referensi untuk peneliti yang akan melakukan penelitian tentang gambaran gaya hidup pada pasien gagal ginjal kronik pre hemodialisa.

1.4.2 Bagi Tempat peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi RSUD Sidikalang untuk memberi informasi tentang bagaimana gambaran gaya hidup pada pasien gagal ginjal kronik pre hemodialisis sehingga RSUD dapat membuat intervensi untuk melakukan penyuluhan tentang gambaran gaya hidup pada pasien gagal ginjal kronik pre hemodialisa.

1.4.3 Bagi Institusi

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan referensi yang bermanfaat untuk meningkatkan kualitas pendidikan dan menjadi sumber acuan atau referensi.