

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gagal ginjal kronik merupakan masalah kesehatan masyarakat multidimensi di berbagai negara dengan prevalensi yang semakin meningkat di tiap tahunnya (Grogioni & Babatsikou, 2014). Gagal ginjal kronik didefinisikan sebagai kelainan atau kerusakan ginjal dalam jangka waktu 3 bulan (Fallon, 2011) atau lebih serta ditandai dengan penurunan laju filtrasi glomerulus di angka $<15\text{mL}/\text{menit}/1,73\text{m}^2$ (Launa *et al*, 2012). Pasien gagal ginjal dengan kerusakan fungsi ginjal dihadapkan pada pilihan terapi menjalani hemodialisa, melakukan transplantasi ginjal, atau dengan tindakan peritoneal dialisis.

Angka kejadian pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di Amerika Serikat pada tahun 2013 meningkat 117.000 kasus dari 660.000 orang yang dimana 468.000 adalah pasien hemodialisa. *MediCare* yang merupakan salah satu perusahaan pemerintah yang menangani jaminan kesehatan menyatakan bahwa setiap tahun menghabiskan \$31 Miliar untuk pengobatan gagal ginjal kronik dan lebih dari 89.000 pasien dengan gagal ginjal kronik

meninggal setiap tahunnya (<https://www.kidney.org/kidneydisease>). Data dari PERNEFRI (2012) menyatakan bahwa prevalensi penyakit ginjal mencapai 30,7 juta Penduduk dan 14,3 juta orang dengan gagal ginjal kronik menjalani terapi hemodialisa. BPJS yang merupakan perusahaan pemerintah menyatakan bahwa perawatan penyakit ginjal menempati ranking kedua terbesar di Indonesia. Riset Kesehatan Dasar Indonesia (2018) menunjukkan peningkatan pada gagal ginjal sebesar 2% yang sebelumnya pada Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2013 gagal ginjal menunjukkan angka 1.8%.

Hemodialisa merupakan terapi pengganti fungsi ginjal dalam hal membersihkan darah dan produk sisa dimana hemodialisa harus dilakukan sepanjang hidup hingga menerima transplantasi ginjal yang baru (*Kidney Health Australia*, 2016). Hemodialisa mampu melakukan 10% beban kerja dari ginjal normal (*Kidney Research UK*, 2017). Pasien dengan gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa menjalani terapi selama 3 kali dalam 1 minggu dan dalam satu sesi memakan waktu selama 4 jam. Seperti penyakit kronik lainnya, pasien gagal ginjal yang menjalani hemodialisa juga memberikan dampak negatif sehingga mempengaruhi kualitas hidup (Horigan , 2012), kualitas fisik dan status psikososial (Khalil & Noble, 2018).

Dibandingkan dengan pasien penyakit umum, pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa melaporkan bahwa mengalami *fatigue* pada level tinggi tidak seperti biasanya. Prevalensi ini masih menjadi perdebatan karena sebagian besar penelitian berfokus pada populasi pasien Hemodialisa itu sendiri (Artom *et al*, 2014). *Fatigue* merupakan keluhan atau gejala terbanyak dari pasien hemodialisa baik disebabkan oleh gagal ginjal kronik maupun dari hemodialisa ataupun dari keduanya dan *fatigue* umumnya dilaporkan berhubungan dengan anemia (Yamasaki *et al*, 2016), hilangnya fungsi ginjal normal, efek dialisis, pembatasan diet, stress secara keseluruhan dan kecemasan terhadap penyakit yang diderita (<http://www.nhs.uk/conditions/kidney-disease>).

Keluhan *fatigue* pada pasien gagal ginjal yang menjalani hemodialisa tidak bisa dipandang sebelah mata. Hal ini diungkapkan Jhamb *et al* (2011) bahwa *fatigue* yang berlebih pada pasien dapat memprediksi kematian dengan sendirinya. Salah satu intervensi yang dilakukan untuk mengatasi keluhan *fatigue* adalah dengan *intradialytic exercise* (Horigan *et al*, 2012). *Intradialytic Exercise* adalah aktifitas fisik yang dilakukan secara terencana dan terstruktur dalam rangka untuk memperbaiki dan memelihara kebugaran fisik (Orti, 2010). *Intradialytic Exercise* sangat penting bagi pasien gagal

ginjal yang menjalani hemodialisa dimana latihan harus disesuaikan dengan kondisi pasien serta disesuaikan dengan kebutuhan pasien (Sakitri *et al*, 2017). Dikemukakan oleh Parker (2016) bahwa latihan selama dialisis memberikan manfaat berupa perbaikan status *fatigue*, peningkatan kualitas hidup, serta menurunkan depresi.

B. Pernyataan Masalah

Fatigue merupakan salah satu keluhan atau gejala terbanyak yang dikeluhkan oleh pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.

C. Tujuan Penelitian

Menelaah pengaruh *intradialytic exercise* terhadap *fatigue* pada pasien yang menjalani hemodialisa.