

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Penyakit Ginjal Kronik (PGK) merupakan masalah kesehatan dunia dengan peningkatan insidensi, prevalensi serta tingkat morbiditas dan mortalitas. Penyakit ginjal kronis adalah penurunan progresif fungsi ginjal dalam beberapa bulan atau tahun. Penyakit ginjal kronis didefinisikan sebagai kerusakan ginjal dan/atau penurunan *Glomerular Filtration Rate* (GFR) kurang dari 60mL/min/1,73 m² selama minimal 3 bulan (KDIGO, 2012).

Berdasarkan survei Perhimpunan Nefrologi Indonesia (PERNEFRI), Indonesia merupakan negara dengan prevalensi penyakit ginjal kronik yang cukup tinggi, yaitu sekitar 44,2%. (IRR, 2016). Hal ini dihubungkan dengan berbagai penyakit penyerta seperti diabetes mellitus dan hipertensi (Sahid, 2013).

Pasien penyakit ginjal kronik tahap akhir diindikasikan untuk memperoleh terapi *Renal Replacement Therapy*, berupa dialisis. Dialisis atau transplantasi ginjal, bisa berupa dialisis peritoneal maupun hemodialisis. Hemodialisis merupakan proses buatan untuk memindahkan sisa metabolit-metabolit dan akumulasi obat melalui difusi dari tubuh ke dalam cairan dialisis (Supadmi, 2011).

Menjalani hemodialisis tidak menyembuhkan atau memulihkan penyakit ginjal. Pasien akan tetap mengalami sejumlah permasalahan dan komplikasi serta adanya berbagai perubahan pada bentuk dan fungsi sistem dalam tubuh (Knap *et al*, 2005).

Permasalahan yang sering terjadi pada pasien yang menjalani hemodialisis rutin adalah kelemahan otot. Pasien penyakit ginjal kronik mempunyai kekuatan otot yang lebih lemah dikarenakan adanya pengurangan aktivitas, atrofi otot, miopati otot, neuropati atau kombinasi diantaranya (Muniralanam, 2007).

Otot yang telah mengalami kelemahan dapat dikuatkan kembali. Salah satu cara yang dapat dilakukan adalah dengan melakukan latihan fisik. Latihan fisik didefinisikan sebagai pergerakan terencana, terstruktur yang dilakukan untuk memperbaiki atau memelihara satu atau lebih aspek kebugaran fisik (Orti, 2010).

Latihan fisik penting untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatan tubuh secara keseluruhan (Fritz, 2005; Potter & Perry, 2006).

Kualitas hidup merupakan gabungan berbagai aspek kehidupan yang terdiri dari kesehatan jasmani, kesehatan mental, derajat optimisme, serta kemampuan dalam berperan aktif dan menikmati aktivitas sosial sehari – hari yang berhubungan dengan pekerjaan, kehidupan rumah tangga, kehidupan sosial, dan hobi (Adhyatma, 2011).

Pasien yang menjalani terapi hemodialisis dalam jangka panjang harus dihadapkan dengan masalah medik, sosial dan ekonomi, sehingga mempengaruhi kualitas hidup pasien PGK (Putri *et al*, 2014).

Kualitas hidup dalam pandangan islam dapat ditingkatkan apabila ketika menghadapi masalah senantiasa menyerahkan segala sesuatu hanya pada Allah SWT. Disamping berserah diri, banyak hal yang harus di lakukan seorang muslim apabila terjadi hal yang membuat kualitas hidupnya menurun seperti bersabar, bertawakal, senantiasa bersyukur, ikhlas, berpikir positif dan selalu mengupayakan pengobatan. Sebagaimana sabda Rasulullah SAW :

مَا أَنْزَلَ اللَّهُ دَاءً إِلَّا أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً

“Tidaklah Allah menurunkan penyakit kecuali Dia juga menurunkan penawarnya.”
(HR Al-Bukhari).

Penelitian mengenai pengaruh latihan fisik terhadap kualitas hidup tersebut penting untuk terus dikembangkan dalam upaya pencegahan morbiditas dan mortalitas yang tinggi pada pasien penyakit ginjal kronis yang menjalani hemodialisis rutin.

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai **“Pengaruh latihan fisik terhadap kualitas hidup pada pasien hemodialisis dan tinjauannya menurut Islam.”**

1.2. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang di atas yang telah dikemukakan maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah “bagaimana pengaruh latihan fisik terhadap kualitas hidup pada pasien hemodialisis dan tinjauannya menurut islam?”

1.3. PERTANYAAN PENELITIAN

1. Bagaimana tingkat kualitas hidup pasien hemodialisis sebelum menjalani latihan fisik?
2. Bagaimana tingkat kualitas hidup pasien hemodialisis setelah menjalani latihan fisik?
3. Bagaimana pengaruh latihan fisik terhadap kualitas hidup pada pasien hemodialisis?
4. Bagaimana pandangan Islam tentang pengaruh latihan fisik terhadap kualitas hidup pada pasien hemodialisis?

1.4. TUJUAN PENELITIAN

1.4.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh latihan fisik terhadap kualitas hidup pada pasien hemodialisis.

1.4.2. Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui tingkat kualitas hidup pasien hemodialisis sebelum melakukan latihan fisik.
2. Untuk mengetahui tingkat kualitas hidup pasien hemodialisis setelah melakukan latihan fisik.
3. Untuk mengetahui pandangan Islam tentang pengaruh latihan fisik terhadap kualitas hidup pada pasien hemodialisis.

1.5. MANFAAT

Penulisan skripsi ini diharapkan dapat mencakup empat manfaat yaitu:

1. Bagi Penulis dapat menambah pengetahuan mengenai pengaruh latihan fisik terhadap kualitas hidup pasien hemodialisis dan tinjauannya menurut Islam.
2. Bagi Institusi dapat menambah sumber pengetahuan dalam kepastakaan Universitas YARSI mengenai pengaruh latihan fisik terhadap kualitas hidup pasien hemodialisis, serta skripsi ini dapat digunakan sebagai bahan penulisan berikutnya.
3. Bagi Praktisi Medis dapat menambah pengetahuan mengenai pengaruh latihan fisik terhadap kualitas hidup pasien hemodialisis.
4. Bagi Masyarakat dapat menambah pengetahuan masyarakat mengenai pengaruh latihan fisik terhadap kualitas hidup pasien hemodialisis.