

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit gagal ginjal adalah penyakit dimana fungsi ginjal mengalami penurunan hingga akhirnya tidak lagi mampu bekerja sama sekali dalam menyaring dan membuang elektrolit tubuh seperti sodium dan kalium didalam darah, menjaga keseimbangan cairan dan zat kimia tubuh, dan memproduksi urin. Penyakit gagal ginjal berkembang secara perlahan kearah yang semakin buruk dimana ginjal sama sekali tidak lagi mampu bekerja sebagaimana fungsinya. Penyakit ginjal kronik (PGK) adalah menurunnya fungsi ginjal yang bersifat kronik, progresif dan menetap. (Rindiastuti, 2008).

Definisi PGK menurut *Kidney Disease Outcome Quality Initiative* (KDOQI) adalah kerusakan ginjal (*renal damage*) yang terjadi lebih dari 3 bulan, berupa kelainan struktural atau fungsional, dengan atau tanpa penurunan laju filtrasi glomerulus (LFG) kurang dari 60 ml/menit/1,73m² selama 3 bulan, terdapat manifestasi kelainan patologis dan tanda kelainan ginjal, termasuk kelainan dalam komposisi darah atau urin atau kelainan dalam tes pencitraan (*imaging tests*) (KDOQI, 2015).

Penyakit ginjal kronik merupakan masalah kesehatan dunia dilihat dari peningkatan insidensi, prevalensi, dan tingkat morbiditasnya. Berdasarkan data dari *United States Renal Data System*, PGK meningkat sebesar 20-25% setiap tahunnya (USRD, 2006). Indonesia termasuk negara dengan tingkat penderita PGK yang tinggi. Hasil survei yang dilakukan oleh Perhimpunan Nefrologi Indonesia (Pernefri) diperkirakan sekitar 12,5 persen dari populasi atau sebesar 25 juta penduduk mengalami penurunan fungsi ginjal. Penyakit ginjal lebih sering dialami mereka yang berusia dewasa, terlebih pada kaum lanjut usia.

Penyakit ginjal kronik menyebabkan fungsi ginjal mengalami penurunan hingga akhirnya tidak mampu melakukan fungsinya dengan baik, sehingga membutuhkan terapi pengganti ginjal seperti hemodialisis (HD), peritoneal dialisis

(PD), dan transplantasi ginjal. Diantara ketiga terapi tersebut, terapi yang paling banyak dilakukan oleh masyarakat adalah hemodialisis (Colvy, 2010).

Hemodialisis adalah suatu prosedur dimana darah dikeluarkan dari tubuh dan dimasukkan dalam sebuah tabung yang disebut dialiser, adalah suatu proses pemisahan atau penyaringan atau pembersihan darah melalui suatu membran semipermeabel yang dilakukan pada pasien dengan gangguan fungsi ginjal baik akut maupun kronik (Suhardjono, 2014). Frekuensi tindakan HD bervariasi, rata-rata dua sampai tiga kali dalam seminggu, sedangkan lama pelaksanaan hemodialisa paling sedikit empat sampai lima jam tiap sekali tindakan terapi dan batas maksimal yaitu sepuluh sampai dua belas jam per minggu (Brunner dan Suddarth, 2002).

Proses HD yang lumayan lama dapat menimbulkan stres fisik, pasien merasakan kelelahan, sakit kepala, dan keluar keringat dingin akibat penurunan tekanan darah. (Gallieni et al., 2008; Orlic et al., 2010).

Kelemahan otot merupakan salah satu permasalahan yang sering dikeluhkan, disebabkan karena adanya pengurangan aktivitas, atropi otot, miopati otot, neuropati atau kombinasi diantaranya (Muniralanam, 2007; Klinger, 2004).

Otot akan mengalami kelemahan dan sebaliknya otot juga dapat dikuatkan dengan latihan fisik. Latihan fisik penting untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatan tubuh secara keseluruhan dengan pergerakan terencana dan terstruktur, dapat memperbaiki atau memelihara satu atau lebih aspek kebugaran fisik (Potter & Perry, 2006; Orti, 2010).

Latihan fisik yang dilakukan selama dialisis dapat meningkatkan aliran darah otot dan memperbesar jumlah kapiler serta memperbesar luas permukaan kapiler sehingga meningkatkan perpindahan urea dan toksin dari jaringan ke vaskuler kemudian dialirkan ke dialiser atau mesin hemodialisis (Parson et al, 2006).

Latihan fisik selama HD dapat meningkatkan *VO2 peak*, menurunkan *self-reported depression*, serta menunjukkan perkembangan yang signifikan pada *quality of life index* dan *life satisfaction index* (Hidayati, 2009).

Kepuasan hidup merupakan penilaian secara kognitif mengenai seberapa baik dan memuaskan hal-hal yang sudah dilakukan individu dalam kehidupannya secara

menyeluruh dan atas area-area utama dalam hidup yang mereka anggap penting (*domain satisfaction*) seperti hubungan interpersonal, kesehatan, pekerjaan, pendapatan, spiritualitas dan aktivitas lain di waktu luang (Diener,2008).

Individu yang memiliki kesehatan baik memiliki kebahagiaan lebih baik daripada individu yang sering mengalami masalah kesehatan. Hal yang berkaitan dengan kebahagiaan adalah penilaian subjektif individu mengenai kesehatannya dan bukan atas penilaian objektif yang didasarkan pada analisa medis (Diener,2008). Kesehatan yang baik memungkinkan individu pada usia berapa pun dapat melakukan aktivitas. Sedangkan kesehatan yang buruk atau ketidak mampuan fisik dapat menjadi penghalang untuk mencapai kepuasan bagi keinginan dan kebutuhan individu (Hurlock, 1980).

Kepuasan hidup manusia tidak ada habisnya karena manusia diberikan hawa nafsu oleh Allah SWT yang memunculkan keinginan dalam diri manusia sehingga manusia tidak pernah merasa puas dan cukup atas nikmat yang Allah SWT berikan. Kepuasan hidup manusia diuji ketika mendapatkan musibah seperti sakit. Dengan sakit maka Allah SWT dapat melihat apakah hambanya masih bersyukur dengan nikmatnya, seperti dalam firman Allah SWT:

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ ﴿٧﴾

Artinya:

“Barang siapa yang bersyukur atas nikmatku kata Allah, niscaya aku akan menambah nikmat itu. Akan tetapi barang siapa yang kufur atas nikmat Ku kata Allah, maka azab ku sangatlah pedih.” (QS Ibrahim (14) : 7).

Selain harus bersyukur, hendaknya kita sebagai seorang muslim menyikapi dengan sikap ikhlas, tawaqal, sabar, bersikap positif, dan berusaha mencari pengobatan. Hukum berobat dapat bersifat wajib dalam beberapa kondisi, sunnah, mubah, makruh dalam beberapa kondisi dan haram. Dalam kondisi ini hukum berobat adalah wajib karena mengakibatkan kematian, maka menyelamatkan jiwa adalah wajib (Zuhroni, 2010).

Berdasarkan penjelasan yang ada pada latar belakang di atas, penulis tertarik untuk mengetahui dan membahas lebih jauh mengenai pengaruh latihan fisik terhadap kepuasan hidup pada pasien yang menjalani hemodialisis di unit hemodialisis dan tinjauannya menurut pandangan Islam.

1.2 Rumusan Masalah

Perumusan masalah yang timbul dari uraian di atas, yaitu: Mengetahui bagaimana pengaruh latihan fisik terhadap kepuasan hidup pada pasien hemodialisis dan tinjauannya menurut Islam.

1.3 Pertanyaan Penelitian

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

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

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

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui tingkat kepuasan hidup pasien hemodialisis sebelum menjalani latihan fisik.
2. Untuk mengetahui tingkat kepuasan hidup pasien hemodialisis sesudah menjalani latihan fisik.
3. Untuk mengetahui pandangan Islam tentang pengaruh latihan fisik terhadap kepuasan hidup pada pasien hemodialisis.

1.5 Manfaat penelitian

1. Bagi penulis:
 - a. Memperluas wawasan dan pemahaman dari segi kedokteran mengenai pengaruh latihan fisik terhadap kepuasan hidup pada pasien hemodialisis maupun pasien penyakit lain.
 - b. Meningkatkan keterampilan dalam menulis karya ilmiah dan memecahkan masalah ilmiah.
 - c. Menambah pengetahuan mengenai hukum Islam dalam penerapannya di bidang kedokteran.
2. Bagi masyarakat:

Memberikan pemahaman informasi mengenai ilmu kedokteran dan pandangan Islam tentang pengaruh latihan fisik terhadap kepuasan hidup pada pasien hemodialisis sehingga dapat mencegah perburukan penyakit terutama penderita penyakit kronis.
3. Bagi Universitas Yarsi:
 - a. Memberikan informasi serta bahan rujukan dan masukan bagi civitas akademika Universitas Yarsi.
 - b. Menambah kepustakaan karya tulis ilmiah bagi Universitas Yarsi.