

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **I.1. Latar Belakang**

Ginjal memegang peranan penting dalam tubuh. Tanpa adanya ginjal, material yang sudah tidak diperlukan tubuh dan racun mengendap dalam tubuh dan menimbulkan berbagai macam penyakit. Padahal, dalam seharusnya individu mengonsumsi protein yang berguna untuk pertumbuhan dan perbaikan sel tubuh yang rusak. Namun protein yang sudah tidak digunakan dalam tubuh mengakibatkan racun, hingga perlu dibuang (Lerma & Pandya, 2015). Menurut Kumala dan Badrujamaludin (2020) ginjal berfungsi memproduksi urin dari hasil pembuangan material yang sudah tidak terpakai oleh tubuh melalui penyaringan. Selain membuang material berbahaya, ginjal juga mengatur keseimbangan cairan dan elektrolit.

Apabila ginjal tidak mengatur keseimbangan cairan, tubuh akan mengakumulasi cairan hingga terjadi pembengkakan. Begitu pula dengan elektrolit, jika kadar sodium dalam tubuh tinggi akan berakibat pada perubahan mental status, perubahan detak jantung jika kalium berlebih, atau pengeroposan tulang jika kadar fosfor dan kalsium tidak tercukupi jumlahnya (Lerma & Pandya, 2015). Bisa dibayangkan jika ginjal tidak bekerja dengan semestinya.

Akibat penyaringan ginjal rusak, maka cairan dan elektrolit menjadi tidak seimbang sehingga tubuh membengkak, racun terakumulasi dalam tubuh dan menyebabkan mual, muntah hingga penurunan nafsu makan serta tekanan darah yang tidak dapat dikontrol karena hormon yang diproduksi oleh ginjal juga memengaruhi peningkatan tekanan darah. Hal tersebut merupakan beberapa tanda gejala dari gagal ginjal (Lerma & Pandya, 2015). Gagal ginjal dibedakan menjadi akut dan kronis. Keduanya dibedakan berdasarkan laju filtrasi glomerulus atau laju penyaringan ginjal. Semakin kecil laju filtrasinya, maka semakin parah pula kerusakan ginjal (Himmelfarb & Sayegh, 2015). Kerusakan ginjal ini yang akan menyebabkan kecacatan bahkan kematian.

Gagal ginjal kronis menjadi penyakit yang semakin sering ditemui diberbagai belahan dunia, bahkan bisa menyebabkan kematian. Menurut data dari WHO pada tahun 2015, gagal ginjal kronis menjadi penyebab kematian nomor 12 di dunia dengan angka kematian sekitar 1,2 juta jiwa (Luyckx et al., 2018 dalam WHO, 2015). Sedangkan menurut data *Center for Disease and Prevention* (CDC) di Amerika sekitar 15% individu dewasa mengidap gagal ginjal kronis atau lebih dari 1 dari 7 orang dewasa Amerika terkena penyakit ini (CDC, 2019). Di Indonesia sendiri berdasar hasil riskesdas 2018, sebanyak 3,8% penduduk yang berusia  $\geq 15$  tahun mengidap gagal ginjal kronis. Sekitar 132.142 pasien aktif yang terdaftar hemodialisa di *Indonesian Renal Registry* (IRR). Dari angka tersebut sekitar 92% nya adalah pasien gagal ginjal kronis tahap 5 (IRR, 2018).

Hemodialisa atau proses penyaringan darah sebagai pengganti fungsi ginjal yang rusak bukan satu-satunya cara untuk menurunkan progresifitas penyakit gagal ginjal kronis. Transplantasi ginjal dan juga terapi supportif lainnya seperti manajemen cairan, medikasi, juga diet menjadi alternatif lain (Himmelfarb & Sayegh, 2015; Lerma & Pandya, 2015). Menurut analisis dari Rhee et al. (2018) terapi diet rendah protein mampu memperlambat progres gagal ginjal kronis. Tapi terapi supportif ini tidak mengobati gagal ginjal kronis, hanya menurunkan progresifitas tingkat keparahan penyakit, mengurangi tanda gejala, mencegah terjadinya komplikasi lanjutan, dan juga menunda kebutuhan untuk transplantasi ginjal (Lerma & Pandya, 2015). Karena ginjal berfungsi untuk membuang material sisa metabolisme, maka manajemen diet sebagai salah satu terapi gagal ginjal kronis yang dapat menurunkan progresifitas penyakit dengan mengatur minuman yang masuk ke dalam tubuh.

Manajemen diet yang disarankan seperti mengurangi protein untuk menurunkan kadar racun dalam tubuh, menjaga potasium dan kalium dalam jumlah yang cukup dan tidak berlebih sehingga tidak mengganggu kerja jantung, serta menjaga diit tinggi kalori untuk menjaga energi pasien gagal ginjal kronis tetap efektif (Lerma & Pandya, 2015; Skorecki et al., 2016). Namun, di awal tahun 2020, pandemi Covid-19 menyebar merata di wilayah Indonesia yang tentu saja langsung memengaruhi terapi pasien gagal ginjal kronis kronik.

Data terbaru dari WHO yang diupdate tanggal 31 Januari 2021, sebanyak 101,917,147 pasien terkonfirmasi positif Covid-19 (WHO, 2021b). Sedangkan di Indonesia per tanggal 31 Januari 2021, 1.078.314 penduduk terkonfirmasi positif (KPC PEN, 2021a). Di daerah Jawa Tengah sendiri, angka kasus terkonfirmasi positif Covid-19 per 1 Februari 2021 mencapai angka 11.440 penduduk (Pemerintah Provinsi Jawa Tengah, 2021). Angka ini tentu seharusnya tidak mengubah terapi pada penderita gagal ginjal kronis. Terapi harus tetap berjalan baik hemodialisa maupun manajemen cairan, medikasi atau diet. Dibutuhkan kepatuhan untuk menjalani terapi walau dimasa pandemi Covid-19.

Kepatuhan yang dimaksud adalah ketaatan penderita gagal ginjal kronis menjalani terapi untuk memperlambat progresifitas keparahan penyakit. Kepatuhan ini juga harus tetap diterapkan ditengah pandemi Covid-19. Salah satunya kepatuhan terhadap diet. Sedang menurut penelitian dari Rahayu (2019), apabila kepatuhan diet tidak dijalani oleh pasien gagal ginjal, maka pasien akan mudah terserang komplikasi lanjutan seperti hiperkalemia yang dapat menyebabkan gangguan kelistrikan jantung, hingga edema paru akibat penumpukan cairan dalam paru-paru. Penelitian kohort yang dilakukan oleh Tsuruya et al., (2015) menunjukkan bahwa pada pasien hemodialisis yang tidak melakukan diet seimbang memiliki prognosis penyakit yang lebih buruk, seperti kongesti jantung, jantung koroner, dan aritmia, dibanding dengan pasien hemodialisa yang melakukan diet seimbang sepanjang terapi hemodialisa dilakukan.

Disisi lain, dalam penelitian Rahayu (2019) juga menyebutkan, faktor-faktor yang memengaruhi kepatuhan diet antara lain usia, pendidikan serta pengetahuan penderita terhadap diet, pekerjaan yang disangkutkan dengan ekonomi, jenis kelamin, lamanya penderita melakukan hemodialisa, serta dukungan dari keluarga penderita. Hal ini juga sejalan dengan penelitian dari Sumigar et al. (2015) yang menyatakan adanya hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien gagal ginjal kronis kronik.

Perekonomian memengaruhi kepatuhan diet yang berhubungan dengan ketersediaan bahan makanan, sesuai dengan data dari Rohani dan Ardenny (2019) bahwa semakin rendah pendapatan, maka penderita kurang mampu untuk

membeli bahan makanan sesuai dengan anjuran dokter. Kondisi seperti ini tentu tidak ada pengecualian disaat pandemi Covid-19 ini yang mungkin menjadi lebih sulit. Maka dari itu diperlukan sebuah kesadaran diri dalam diri sendiri yang kuat untuk mematuhi diet agar berjalan dengan semestinya.

Kesadaran diri dapat dipupuk dengan sadar akan kondisi diri sendiri yang memiliki kekurangan, bukan menghindari atau menutup-nutupi yang berakhir pada penderitaan karena kekurangan yang dimiliki berkepanjangan. Hal inilah yang disebut dengan *Self compassion* atau welas diri (K. Neff & Germer, 2017). Dengan adanya welas terhadap diri sendiri, maka penderita gagal ginjal kronis akan lebih terbuka akan kekurangan yang dimilikinya karena ginjalnya mengalami kegagalan fungsi, maka berlanjut pada tumbuhnya rasa ingin menyayangi diri sendiri sehingga muncullah kesadaran diri untuk mematuhi diet. Sikap welas diri inilah yang harusnya dipupuk dalam kondisi pandemi Covid-19 sekalipun.

Diantara 132.142 pasien aktif yang rutin hemodialisa tentu diantara pasien tersebut juga terkena dampak ekonomi akibat pandemi Covid-19. Terlihat pada pertumbuhan ekonomi Indonesia triwulan IV yang menurun 2,19% dibanding pertumbuhan ekonomi Indonesia triwulan IV pada tahun 2019 (Badan Pusat Statistik, 2021b). Penurunan ekonomi ini tentu akibat Pandemi Covid-19 diberbagai sektor industri sehingga berbagai perusahaan terpaksa memberhentikan pekerjanya. Terbukti dari data di Indonesia yang tercatat di Biro Humas Kemnaker (2020) 2.146.667 pekerja kehilangan pekerjaannya. Sedangkan pasien baru hemodialisa di Jawa Tengah sebanyak 7.906 pasien dengan data Disnakertrans Provinsi Jawa Tengah (2020) per tanggal 28 April 2020 mencatat jumlah kasus PHK akibat pandemi Covid-19 di Jawa Tengah mencapai 7.880 pekerja dan terus bertambah.

Dengan keadaan tersebut, Pemerintah pada tahun 2021 melalui Kementerian Sosial memberikan bantuan sosial berupa Program Keluarga Harapan yang akan diberikan senilai 20 Triliun, Program Kartu Sembako yang dianggarkan hingga mencapai 45 Triliun pada 10 juta keluarga, serta Program Bantuan Sosial Tunai yang dianggarkan 12 Triliun (KPC PEN, 2021b). Meskipun program bantuan yang disalurkan pada tahun 2020 lalu sudah 100%, ternyata di Jawa Tengah

sendiri masih ada kekurangan diantaranya adalah banyaknya keluarga yang menerima bantuan sosial dua kali hingga bansos salah sasaran karena penerima bantuan sosial adalah keluarga yang tidak terdata sebagai keluarga kurang mampu (Fajlin, 2021). Tentu ini berdampak, karena belum tentu 1.265.641 keluarga di Jawa Tengah yang terdata sangat miskin mendapat bantuan sosial ini.

Selain itu, covid-19 lebih mengakibatkan dampak buruk seperti kematian apabila individu menderita penyakit komorbid seperti gagal ginjal (Guan et al., 2020). Semakin menambah lagi alasan untuk melakukan kepatuhan diet agar tidak terjadi komplikasi yang tidak diinginkan. Jadi berdasarkan fenomena yang telah peneliti temukan, peneliti tertarik untuk menguji hubungan 2 variabel penelitian yang berjudul “Hubungan *Self compassion* terhadap Kepatuhan Diet Pasien Gagal ginjal kronis di situasi Pandemi Covid-19”

## **I.2. Rumusan Masalah**

Tercatat sebanyak 0,38% dari penduduk dewasa  $\geq 15$  tahun di Indonesia terdiagnosa gagal ginjal kronis. Gagal ginjal kronis inilah yang harus ditangani dengan transplantasi ginjal, hemodialisa maupun terapi supportif lainnya yang dapat menurunkan laju tingkat keparahan penyakit. Salah satunya dengan terapi diet. Untuk itu, diperlukan kepatuhan pada penderita gagal ginjal kronis agar diet bermanfaat sehingga dapat mengurangi beban kerja ginjal.

Kepatuhan diet ini seharusnya dilakukan oleh penderita gagal ginjal kronis setiap hari, tanpa memandang kondisi dilingkungan sekitar. Tidak peduli saat ini kasus pasien terkonfirmasi positif Covid-19 semakin melambung tinggi hingga berimbas pada perekonomian masyarakat Indonesia, sejalan dengan data penduduk sangat miskin di Jawa Tengah per Januari 2020 sendiri mencapai 1.265.641 keluarga (Dinas Sosial Provinsi Jawa Tengah, 2020) dan penduduk di PHK akibat pandemi melampaui angka 7.880 pekerja. Selayaknya penderita gagal ginjal kronis tetap mematuhi diet yang dianjurkan oleh dokter, dalam situasi sulit sekalipun. Jadi selain faktor usia, jenis kelamin, pekerjaan, pendapatan, dukungan keluarga dan lama hemodialisa, diperlukan juga dukungan dan keyakinan psikologis dari dalam pasien sendiri untuk terus taat pada aturan yang dibuat dokter. Salah satunya adalah *self compassion* atau welas diri.

*Self compassion* berfungsi sebagai dasar motivasi untuk pasien menjalani berbagai macam terapi. Sejalan dengan penelitian oleh Gultom et al. (2020) yang meneliti antara *self compassion* dengan kepatuhan pembatasan cairan, walau tidak memiliki hubungan yang signifikan, namun latar penelitian tersebut jelas berbeda karena tidak menghubungkan *self compassion* terhadap kepatuhan disaat pandemi Covid-19. Lain halnya dengan penelitian dari Sutawardana et al. (2020), yang menyatakan *self compassion* memiliki hubungan dengan kepatuhan terapi insulin pada penderita diabetes mellitus tipe 2. Berdasar fenomena-fenomena yang telah peneliti temukan, peneliti ingin mengetahui dengan pasti “Apakah ada Hubungan *Self compassion* terhadap Kepatuhan Diet pada Pasien Gagal Ginjal Kronis di situasi Pandemi Covid-19?”

### **I.3. Tujuan Penelitian**

#### **I.3.1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan antara *self compassion* terhadap kepatuhan diet pasien gagal ginjal kronis di situasi pandemi Covid-19

#### **I.3.2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi gambaran karakteristik responden yang terdiri dari usia, jenis kelamin, pendidikan, pendapatan selama pandemi serta lama pasien melakukan hemodialisa
- b. Mengidentifikasi rata-rata *self compassion* pada pasien gagal ginjal kronis
- c. Mengidentifikasi rata-rata kepatuhan diet pada pasien gagal ginjal kronis di situasi pandemi Covid-19
- d. Mengidentifikasi rata-rata kadar ureum 24 jam terakhir pada pasien gagal ginjal kronis di situasi pandemi Covid-19
- e. Mengidentifikasi hubungan antara usia dengan kepatuhan diet pasien gagal ginjal kronis di situasi pandemi Covid-19.
- f. Menganalisis rata-rata kepatuhan diet dilihat dari jenis kelamin pasien gagal ginjal kronis di situasi pandemi Covid-19

- g. Menganalisis rata-rata kepatuhan diet dilihat dari tingkat pendidikan pasien gagal ginjal kronis di situasi pandemi Covid-19
- h. Menganalisis rata-rata kepatuhan diet dilihat dari pendapatan pasien gagal ginjal kronis di situasi pandemi Covid-19
- i. Mengidentifikasi hubungan lama pasien melakukan hemodialisa dengan kepatuhan diet pasien gagal ginjal kronis di situasi pandemi Covid-19..
- j. Mengidentifikasi hubungan antara *self compassion* dengan kepatuhan diet pasien gagal ginjal kronis di situasi pandemi Covid-19

#### **I.4. Manfaat Penelitian**

##### **I.4.1. Bagi Akademisi**

Peneliti berharap hasil dari penelitian yang peneliti lakukan dapat menambah pengetahuan dan wawasan praktisi akademik mengenai hubungan antara *self compassion* terhadap kepatuhan diet pasien gagal ginjal kronis di situasi pandemi Covid-19.

##### **I.4.2. Bagi Pengembangan Keilmuan**

Peneliti berharap hasil penelitian yang peneliti lakukan dapat menjadi landasan terhadap pengembangan penelitian selanjutnya yang melengkapi keterbatasan peneliti dan menjadi acuan aspek psikologis lainnya yang dapat meningkatkan kepatuhan diet pada pasien gagal ginjal kronis.

##### **I.4.3. Bagi Tenaga Kesehatan**

Peneliti berharap hasil penelitian yang peneliti lakukan dapat menjadi landasan untuk tenaga kesehatan lebih memperhatikan kembali aspek psikologis pasien untuk mendukung keberhasilan kepatuhan diet pada pasien gagal ginjal kronis.\

##### **I.4.4. Bagi Masyarakat**

Peneliti berharap hasil penelitian yang peneliti lakukan dapat menjadi perhatian masyarakat bahwa tidak cukup hanya mengetahui bagaimana kepatuhan

diet itu, namun juga mempertimbangan aspek psikologis dari dalam diri sendiri demi keberhasilan diet.