

# BAB I

## PENDAHULUAN

Bab ini menjelaskan latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, hipotesis dan manfaat penelitian.

### 1.1 Latar Belakang

Pola perilaku hidup sehat, seperti diet khusus dan pemantauan kesehatan secara terus-menerus, menjadi bagian yang tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari bagi pasien pasca transplantasi ginjal. Pola makan seimbang yang kaya nutrisi dapat membantu menjaga kesehatan ginjal yang ditransplantasikan (Lenggogeni, 2024). Ketidakpatuhan dalam mengonsumsi obat immunosupresan atau menjalankan pola makan sehat dapat memicu respons imun tubuh untuk menyerang ginjal yang ditransplantasikan (Wong et al., 2022). Pilihan makanan bagi pasien transplantasi juga bervariasi dengan syarat rendah lemak, rendah gula, rendah garam dan tinggi serat. Pasien juga dianjurkan untuk minum susu dan makanan laut pada awal minggu setelah transplantasi untuk mencegah hipofosfatemia. Makanan seperti keju, yoghurt, telur mentah, mayonais untuk mencegah terjadi infeksi bakteri *Listeria*. Pasien transplantasi ginjal juga tidak diperkenankan untuk mengonsumsi anggur dan olahannya karena dapat menurunkan efek obat immunosupresan (Nadya, 2019).

Aktivitas fisik yang lebih tinggi pada pasien dengan transplantasi ginjal dapat memengaruhi fungsi cangkok secara positif (Bellizzi et al., 2014). Pasca transplantasi pasien harus istirahat dari pekerjaannya selama 4 – 6 minggu. Aktivitas fisik perlu dilakukan mulai dari awal pasien pulang dari rumah sakit. Olahraga ringan dengan berjalan kaki yang mudah dan murah untuk dilakukan, hindari olahraga berat terlebih dahulu. Pasien juga wajib minum air putih minimal 2 liter per hari (Nadya, 2019).

Pola hidup tidak sehat pada pasien pasca transplantasi ginjal memiliki dampak signifikan terhadap keberhasilan transplantasi dan kualitas hidup jangka panjang.

Pasien yang tidak mematuhi pengobatan immunosupresif berisiko mengalami penolakan graft, yang dapat memperburuk fungsi ginjal baru. Selain itu, kebiasaan seperti pola makan yang tidak sehat, kurang aktivitas fisik, dan merokok meningkatkan risiko komplikasi kesehatan, seperti hipertensi, diabetes, dan penyakit kardiovaskular. Dampak lainnya termasuk peningkatan risiko infeksi akibat lemahnya sistem kekebalan tubuh, serta penurunan kualitas hidup secara keseluruhan karena masalah kesehatan fisik dan emosional yang meningkat. Oleh karena itu, penting bagi pasien untuk menerapkan pola hidup sehat untuk meningkatkan hasil klinis dan memperpanjang masa fungsi graft ginjal (Costa-Requena et al., 2015). Penyakit yang mendasari seperti diabetes dan hipertensi, yang mungkin menjadi penyebab gagal ginjal sebelumnya, dapat kambuh jika pola hidup sehat tidak diterapkan. Kondisi ini dapat mempercepat kerusakan ginjal yang baru (Naik & Hricik, 2019). Selain itu, aspek psikososial, seperti dukungan sosial dan manajemen stres, sering kali menjadi tantangan utama pasien pasca transplantasi ginjal. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pasien yang tidak mampu mengelola stres dan menjaga hubungan sosial yang baik cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih rendah (Costa-Requena et al., 2017).

Pasien yang menjalankan pola perilaku hidup sehat mengalami penurunan risiko komplikasi dan peningkatan kesehatan fisik serta mental, yang berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup secara keseluruhan (Nasir et al, 2018). Pasien yang memiliki pemahaman tentang pentingnya pola hidup sehat cenderung lebih konsisten dalam menjalankannya, yang pada akhirnya berdampak positif terhadap kualitas hidup mereka. Kualitas hidup adalah rasa kepuasan serta kenikmatan sehingga seseorang dapat melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri (Zainudin, Utomo, & Herlina 2015). Kualitas hidup melibatkan kesehatan fisik

dan kesehatan mental, yang memiliki arti apabila individu dalam kondisi sehat baik secara fisik ataupun mental maka ia akan mencapai suatu kepuasan dalam hidup (Rustandi et al., 2018). Ditemukan adanya keterkaitan antara usia, jenis kelamin, status ekonomi, depresi, dan kualitas hidup terhadap status kesehatan (Rustandi et al., 2018). Kualitas hidup pasien yang telah menjalani transplantasi ginjal dalam tiga tahun terakhir, hasilnya menunjukkan bahwa pasien pasca transplantasi ginjal mengalami peningkatan kualitas hidup dalam aspek fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan (Mallick et al., 2022). Peningkatan ini terkait dengan perbaikan signifikan dalam kesehatan fisik dan mental pasien, termasuk peningkatan energi dan kemampuan untuk kembali melakukan aktivitas sehari-hari tanpa bergantung pada dialisis, yang juga meningkatkan rasa kebebasan dan kemandirian mereka (Tucker et al., 2019). Pemantauan dan dukungan terhadap kesehatan fisik dan mental pasien pasca transplantasi sangat penting untuk memaksimalkan potensi peningkatan kualitas hidup mereka (Tsarpali, 2023).

Di seluruh dunia, prevalensi pasien yang hidup dengan transplantasi ginjal terus meningkat seiring dengan perkembangan teknologi medis dan peningkatan kesadaran tentang donasi organ. Di tingkat global, menurut *Global Observatory on Donation and Transplantation* GODT, sekitar 90.000 transplantasi ginjal dilakukan setiap tahunnya (Mudiayi et al., 2021). Angka prevalensi di Indonesia tingkat keberhasilan pasien 1 tahun setelah transplantasi mencapai 87% dengan angka fungsi ginjal sebesar 92%. Sementara itu, tingkat keberhasilan pasien 3 tahun pasca transplantasi adalah sebesar 79,7% dengan fungsi ginjal hingga 90,6% , semua tranplantasi didapatkan dari donor hidup (Nadya, 2019). Selama kurun waktu 10 tahun, angka harapan hidup pasien transplantasi ginjal tetap tinggi, yaitu 78,8%. Data ini menunjukkan pentingnya transplantasi ginjal sebagai pilihan terapi yang lebih efektif dalam meningkatkan kualitas dan harapan hidup pasien dengan gagal ginjal (Marbun, 2018).

Di satu Rumah Sakit Swasta Indonesia Barat yang mendapatkan Sertifikat Rekomendasi Prosedur Transplantasi Ginjal pada tahun 2022 dari pemerintah serta menjadi rumah sakit swasta satu-satunya yang melaksanakan transplantasi ginjal.

Pelaksanaan transplantasi ginjal pertama Di satu Rumah Sakit Swasta Indonesia Barat telah dilakukan pada tanggal 20 Juli 2017. Pelayanan ini kemudian terus berkembang dan akhirnya Di satu Rumah Sakit Swasta Indonesia Barat meresmikan layanan Kidney Transplantation Centre pada tanggal 12 Januari 2023 (Suhud, 2023). Satu Rumah Sakit Swasta Indonesia Barat telah memberikan pelayanan homecare untuk pelayanan dan edukasi lebih lanjut berupa leaflet dan juga telekonsul pasien pasca transplantasi ginjal. Satu Rumah Sakit Swasta Indonesia Barat sampai Oktober 2024 sudah melaksanakan transplantasi ginjal sebanyak 400 kali, dari data tersebut tercatat ada 364 pasien yang masih hidup pasca tranplantasi ginjal dengan presentase 91%, sedangkan untuk pasien yang masih hidup pasca tranplantasi ginjal dalam 1 tahun terakhir yaitu pasien yang menjalani tranplantasi di tahun 2022 dan 2023 sebanyak 133 pasien dari total pasien 143 pasien dengan presentase 93%.

Peneliti melakukan studi awal berupa wawancara kepada sepuluh pasien pasca transplantasi ginjal saat kontrol. Berdasarkan data dari sepuluh (100%) pasien pasca transplantasi ginjal sebanyak tujuh dari sepuluh (70%) pasien mengatakan memiliki pengetahuan yang terbatas mengenai pilihan makanan yang sehat pasca transplantasi, sembilan dari sepuluh (90%) pasien menyatakan sudah menjaga tanggung jawab kesehatannya dengan rutin melakukan kontrol, sembilan dari sepuluh (90%) pasien megatakan tetap menjalankan ibadah, sementara enam dari sepuluh (60%) pasien mengaku jarang melakukan olahraga rutin. Selain itu, lima dari sepuluh (50%) pasien menyatakan bahwa mereka kesulitan mengelola stres yang sering muncul akibat kekhawatiran akan kesehatan ginjal mereka, sepuluh dari sepuluh (100%) mengatakan selalu mendapatkan dukungan dari keluarga. Dalam hal kualitas hidup, enam dari sepuluh (60%) pasien mengatakan keterbatasan dalam fungsi fisik sehari-hari, seperti cepat merasa kelelahan dan nyeri, yang berdampak pada mobilitas dan kemampuan beraktivitas. Tujuh dari sepuluh (70%) pasien juga mengatakan tidak pernah lagi berkumpul bersama teman karena meminum obat imunosupresan yang berdampak pada aktivitas sosial. Selain itu, lima dari sepuluh (50%) pasien mengungkapkan adanya gangguan dalam aspek emosional dan psikologis, seperti kecemasan tentang masa

depan kesehatan ginjal, yang memengaruhi suasana hati mereka. Enam dari sepuluh (60%) pasien mengungkapkan bahwa mereka mengalami kesulitan dalam mengakses layanan kesehatan, terutama karena tinggal di daerah yang kekurangan tenaga medis yang memadai.

Peneliti fokus pada hubungan pola hidup sehat terhadap kualitas hidup. Faktor-faktor seperti dukungan sosial, motivasi individu, dan akses ke layanan kesehatan dapat beragam dan sulit diukur. Hasil study awal tampak bahwa di satu Rumah Sakit di Indonesia Bagian Barat yang dapat melangsungkan tindakan operasi transplantasi ginjal menunjukkan bahwa presentase pasien banyak yang mengetahui pentingnya pola hidup sehat agar dapat memaksimalkan kualitas hidup mereka pasca transplantasi ginjal. Namun, berdasarkan hasil wawancara dengan sepuluh pasien pasca transplantasi ginjal, ditemukan beberapa masalah terkait dengan kualitas hidup dan pengelolaan kesehatan pasien. Sebagian besar pasien mengalami keterbatasan pengetahuan mengenai pilihan makanan sehat pasca transplantasi, kesulitan dalam mengelola stres terkait kesehatan ginjal, dan mengalami gangguan fisik serta emosional yang memengaruhi kualitas hidup mereka. Selain itu, akses ke layanan kesehatan juga menjadi kendala, khususnya bagi pasien yang tinggal di daerah dengan fasilitas medis terbatas, maka peneliti tertarik mengambil penelitian dengan judul "Hubungan Pola Hidup Sehat dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Pasca Transplantasi Ginjal".

## **1.2 Rumusan Masalah**

Peneliti menemukan sejumlah masalah pada pasien pasca transplantasi ginjal di satu Rumah Sakit Swasta Indonesia Barat. Menurut teori WHO, kualitas hidup seseorang dipengaruhi oleh empat domain utama yaitu fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan. Secara teoritis, pasien pasca transplantasi ginjal yang mengikuti pola perilaku hidup sehat seharusnya memiliki kualitas hidup yang baik. Namun, dalam praktiknya, tidak semua pasien mampu menerapkan pola hidup sehat secara optimal. Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor seperti keterbatasan akses informasi, kondisi ekonomi, efek samping obat, serta minimnya dukungan sosial dan edukasi berkelanjutan. Kesenjangan ini menjadi dasar munculnya rumusan

masalah dalam penelitian, yaitu apakah terdapat hubungan antara pola perilaku hidup sehat dengan kualitas hidup pasien pasca transplantasi ginjal.

Berdasarkan pemaparan diatas, maka peneliti tertarik untuk mengambil penelitian dengan judul ”hubungan pola perilaku hidup sehat dengan kualitas hidup pasien pasca transplantasi ginjal di satu Rumah Sakit Swasta Indonesia Barat”

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan antara pola perilaku hidup sehat dengan kualitas hidup pasien pasca transplantasi ginjal di satu Rumah Sakit Swasta Indonesia Barat

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi gambaran pola perilaku hidup sehat pada pasien pasca transplantasi ginjal di satu Rumah Sakit Swasta Indonesia Barat.
2. Mengidentifikasi gambaran kualitas hidup pada pasien pasca transplantasi ginjal di satu Rumah Sakit Swasta Indonesia Barat.
3. Menganalisis hubungan antara pola perilaku hidup sehat dengan kualitas hidup pasien pasca transplantasi ginjal.

### **1.4 Pertanyaan Penelitian**

Apakah ada hubungan yang signifikan antara pola perilaku hidup sehat dengan kualitas hidup pada pasien pasca transplantasi ginjal di satu Rumah Sakit Swasta Indonesia Barat?

### **1.5 Hipotesa Penelitian**

H1: Ada hubungan yang signifikan antara pola perilaku hidup sehat dengan kualitas hidup pada pasien pasca transplantasi ginjal.

## **1.6 Manfaat Penelitian**

### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan literatur dalam bidang keperawatan dan kesehatan terkait dengan hubungan pola perilaku hidup sehat dengan kualitas hidup pasien pasca transplantasi ginjal, serta menjadi referensi bagi penelitian sejenis di masa mendatang.

### **1.1.1 Praktis**

#### **1. Bagi Perawat**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi perawat dalam merancang intervensi keperawatan yang lebih terarah untuk pasien pasca transplantasi ginjal. Perawat dapat menyusun program pendampingan berkelanjutan (seperti home visit, telekonsultasi, atau leaflet edukatif) yang disesuaikan dengan kebutuhan pasien. Perawat dapat mengembangkan rencana asuhan keperawatan berbasis evidence-based, dengan fokus pada peningkatan kualitas hidup pasien pasca transplantasi ginjal. Perawat dapat menjadi advokat bagi pasien, dengan mengidentifikasi hambatan dalam menerapkan pola hidup sehat serta menjembatani komunikasi antara pasien, keluarga, dan tim multidisiplin.

#### **2. Bagi Manajemen Rumah Sakit**

Hasil Penelitian ini dapat membantu manajemen rumah sakit merancang program pendampingan yang efektif bagi pasien pasca transplantasi ginjal. Memberikan panduan untuk menyusun kebijakan yang mendukung pola perilaku hidup sehat di lingkungan rumah sakit.

#### **3. Bagi Pasien**

Memberikan informasi yang jelas dan akurat mengenai hubungan pola perilaku hidup sehat dengan peningkatan kualitas hidup mereka. Membantu pasien dalam mengadopsi kebiasaan sehat untuk

meningkatkan kesehatan fisik dan mental pasca transplantasi untuk dapat meningkatkan kualitas hidupnya.

#### 4. Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dan acuan bagi penelitian selanjutnya yang ingin menggali lebih dalam mengenai pola perilaku hidup sehat dan intervensi yang paling efektif untuk meningkatkan kualitas hidup pada pasien pasca transplantasi ginjal.

