

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit ginjal merupakan masalah kesehatan yang serius pada anak dengan morbiditas dan mortalitas yang semakin meningkat serta menimbulkan masalah sosial dan ekonomi yang signifikan. Kejadian penyakit ginjal di setiap negara berbeda dan diperkirakan kejadian penyakit ginjal lebih tinggi dari data yang ada karena kasus yang tidak terdeteksi (Pardede, 2016).

Penyakit ginjal terjadi ketika fungsi ginjal menurun di bawah 25% dari kondisi normal. Pada tahap awal, nefron sehat mengambil alih fungsi nefron yang rusak dengan meningkatkan aktivitas filtrasi, reabsorpsi, dan sekresi. Namun beban berlebih ini justru menyebabkan kerusakan lebih lanjut, jaringan parut, dan penurunan aliran darah ginjal, yang berujung pada uremia akibat akumulasi metabolit yang tidak terbuang (Harmilah, 2020). Selain itu penyakit ginjal mengganggu keseimbangan elektrolit, seperti peningkatan kalium dan natrium, serta meningkatkan kadar renin. Akibatnya terjadi resistensi insulin yang meningkatkan kadar glukosa darah karena sel-sel tubuh tidak merespons insulin dengan baik (Nakashima et al., 2021). Faktor gaya hidup juga berperan dalam memperburuk penyakit ginjal, pola makan tidak sehat, seperti tingginya konsumsi daging merah, lemak hewani, makanan olahan dengan kandungan fosfat dan natrium yang tinggi serta rendahnya konsumsi buah dan sayuran segar membuat nefron semakin rentan terhadap kerusakan. (Wijiastutik, 2023).

Menurut (WHO, 2023), anak adalah individu berusia di bawah 18 tahun yang masih dalam tahap perkembangan fisik, kognitif, emosional, dan sosial. WHO menekankan pentingnya pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal untuk menjaga kesejahteraan mereka. Dengan memahami pengertian ini, kita dapat memenuhi kebutuhan anak dan menciptakan lingkungan yang

mendukung pertumbuhan serta perkembangan yang sehat dan bahagia. Pasien anak dengan penyakit ginjal memiliki penurunan kualitas hidup yang secara khusus anak-anak dengan penyakit ginjal dapat menunjukkan penurunan fungsi kognitif dibandingkan dengan populasi umum, disertai dengan defisit ringan pada keterampilan akademik, fungsi eksekutif, dan memori visual dan verbal. Defisit ini dapat diperparah dengan seringnya anak tidak masuk sekolah karena rawat inap dan sesi hemodialisis rutin, yang pada akhirnya mengganggu fungsi sekolah. Selain itu dampak psikologis dari penyakit ini pada pasien anak beragam, termasuk gangguan penyesuaian diri yang diikuti dengan depresi, kecemasan, dan gangguan eliminasi. Selain itu, gangguan perilaku, termasuk masalah emosional, hiperaktif, dan masalah teman sebaya (Karava et al., 2022).

Prevalensi penyakit ginjal pada anak-anak bervariasi di berbagai wilayah dunia. Data menunjukkan bahwa di Asia, angka prevalensi berkisar antara 51 hingga 329 kasus per 1.000.000 anak, yang mencatatkan angka tertinggi dibandingkan kawasan lainnya seperti di Eropa, yang mencatat prevalensi penyakit ginjal anak mencapai sekitar 55 hingga 75 kasus per 1.000.000 anak dan di Amerika Latin, prevalensinya lebih rendah, yaitu sekitar 42,5 kasus per 1.000.000 anak (Kemenkes, 2018). Di Indonesia sendiri, prevalensi penyakit ginjal pada anak dianggap cukup tinggi. Data Kemenkes mencatat hingga 18 Oktober 2022 terdapat 189 kasus penyakit ginjal pada anak, didominasi usia 1-5 tahun. Pada 2023, Penelitian terbaru juga dari Kautsar (2024) menunjukkan bahwa dari 439 kasus penyakit ginjal anak di DKI Jakarta pada tahun 2023, sekitar 60 anak menjalani terapi di RSCM. Kasus penyakit ginjal pada anak meningkat secara drastis dalam beberapa tahun terakhir, dengan data menunjukkan bahwa angka kematian akibat penyakit ginjal mencapai 42.000 per tahun di Indonesia, menjadikannya penyebab kematian ke-10 secara nasional (Musniati et al., 2024).

Pola konsumsi yang menjadi faktor risiko signifikan untuk penyakit ginjal meliputi tingginya konsumsi daging merah, daging olahan, dan minuman

manis (*Sugar-Sweetened Beverages*). Pola makan tinggi lemak dan gula juga berkontribusi pada peningkatan risiko penurunan fungsi ginjal (Van Westing et al., 2020). Konsumsi gula berlebih, terutama yang mengandung fruktosa, dapat meningkatkan risiko penyakit ginjal dengan memicu resistensi insulin. Selain itu, gula berlebih menyebabkan peradangan jaringan lemak, meningkatkan kadar asam urat, dan memicu jalur metabolik sehingga menyebabkan stres oksidatif dan peradangan pada ginjal (Dinicolantonio et al., 2016) dan pelepasan leptin, yang memperburuk kerusakan ginjal melalui peradangan dan fibrosis (Packer, 2018), Konsumsi gula yang berlebihan pada anak-anak tidak hanya berisiko pada kerusakan gigi tetapi juga meningkatkan risiko obesitas, diabetes tipe 2, serta penyakit kardiometabolik yang mempercepat kerusakan fungsi ginjal (Paglia, 2019).

Di era seperti sekarang, *junk food* menjadi makanan kegemaran masyarakat karena sifatnya yang mudah dibawa, cepat disajikan dan enak di lidah. Jenis *junk food* pun beragam seperti pizza, burger, hotdog, nugget, kentang goreng, spaghetti, dan fried chicken. Kandungan tinggi lemak dan tinggi garam serta tinggi karbohidrat diketahui berkontribusi pada kejadian diabetes tipe 2 di kalangan masyarakat Indonesia. Makanan *junk food* menjadi jenis makanan yang digemari oleh berbagai kalangan termasuk anak-anak dan juga kelompok lanjut usia.

(Zhang et al., 2018) mengaitkan konsumsi gula berlebih dengan diabetes dan kerusakan ginjal, sedangkan Yusintha & Adriyanto (2018) mengungkapkan pola makan tidak sehat dan kurangnya pengetahuan gizi sebagai faktor risiko kesehatan. RSCM merupakan rumah sakit rujukan pertama untuk kasus penyakit ginjal anak di Indonesia karena fasilitas nefrologi lengkap dan teknologi medis yang unggul dengan peningkatan pasien penyakit ginjal yang membutuhkan dialisis (Kompas. com, 2023). Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa sumber berita dan ahli Kesehatan yang membahas fenomena ini, terdapat konsensus bahwa peningkatan konsumsi makanan dan minuman manis berkontribusi pada masalah kesehatan, termasuk penyakit

ginjal (Kompas. com, 2024). Meski penelitian penyakit ginjal dewasa cukup banyak, kajian mendalam tentang anak masih terbatas. Kajian literatur penting untuk memahami konsumsi manis dengan risiko penyakit ginjal anak. Pendekatan literatur memungkinkan pengumpulan data yang lebih komprehensif, tanpa memerlukan survei lapangan secara langsung, sehingga dapat membantu menjelaskan konsumsi dan dampaknya terhadap risiko penyakit ginjal serta mendukung solusi pencegahan kasus di masa depan.

1.2 Rumusan Masalah

Kasus penyakit ginjal anak di Indonesia terus meningkat dan menjadi perhatian serius dalam dunia kesehatan. Berdasarkan data Rumah Sakit Cipto Mangunkusumo (RSCM), pada tahun 2023 tercatat 439 anak mengalami gagal ginjal, di mana 60 anak di antaranya harus menjalani dialisis. Jumlah ini menunjukkan peningkatan yang signifikan dibandingkan dengan tahun-tahun sebelumnya. Penyakit ginjal adalah kondisi serius yang berdampak besar pada kualitas hidup anak, termasuk hambatan pertumbuhan dan risiko komplikasi jangka panjang. Salah satu penyebab utama yang berkontribusi pada masalah ini adalah konsumsi makanan dan minuman manis yang tinggi kandungan gula. Gula berlebih, terutama dari minuman berpemanis, dapat memicu obesitas, resistensi insulin, dan kerusakan ginjal. Kondisi ini meningkatkan risiko penyakit metabolik seperti diabetes tipe 2, yang selanjutnya mempercepat kerusakan fungsi ginjal. Data dari WHO 2023 menunjukkan bahwa anak-anak di Indonesia sering mengonsumsi gula melebihi batas harian yang dianjurkan, yaitu 25 gram per hari. Satu porsi minuman manis saja dapat mengandung 30- 40 gram gula, yang jauh di atas batas sehat. Konsumsi gula berlebihan ini berdampak negatif pada kesehatan ginjal dan memperburuk angka prevalensi penyakit ginjal. Berdasarkan data dari SD Negeri Tanjung Mas, anak-anak juga cenderung mengonsumsi makanan cepat saji, makanan dengan kandungan garam tinggi, serta minuman manis yang dapat memicu masalah kesehatan seperti hipertensi dan diabetes pada usia muda yang merupakan faktor risiko penyakit ginjal.

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi konsumsi makanan dan minuman manis dengan risiko penyakit ginjal anak. Selain itu, penelitian ini juga membahas bagaimana perawat dapat mendukung upaya pencegahan melalui edukasi kesehatan dan promosi pola hidup sehat. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang faktor risiko dan intervensi yang efektif, penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi pada pengembangan strategi pencegahan yang lebih terfokus untuk menurunkan prevalensi penyakit ginjal anak di Indonesia.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui konsumsi makanan dan minuman manis dan hubungannya dengan risiko penyakit ginjal anak.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah:

1.3.2.1 Menganalisis konsumsi makanan dan minuman manis yang berisiko terhadap kejadian penyakit ginjal anak.

1.3.2.2 Mengidentifikasi peran perawat dalam pencegahan risiko penyakit ginjal anak.

1.4 Pertanyaan Penelitian

1. Apakah mengonsumsi makanan dan minuman manis berisiko menyebabkan penyakit ginjal anak?
2. Bagaimana perawat berperan terhadap terjadinya risiko penyakit ginjal anak?

1.5 Manfaat Kajian Literatur

1.5.1 Manfaat Teoritis

Kajian literatur ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengkaji hubungan antara konsumsi makanan dan minuman manis dengan risiko penyakit ginjal anak, dan membantu memberikan perspektif baru tentang bagaimana perawat dapat ikut

berperan dalam menentukan langkah pencegahan yang tepat untuk menurunkan risiko tersebut.

1.5.2 Manfaat Praktis

Kajian literatur ini dapat memberikan informasi kepada:

1) Bagi Perawat

Kajian ini memberikan panduan praktis untuk meningkatkan peran perawat dalam edukasi gizi, promosi pola makan sehat, dan pencegahan konsumsi gula berlebih pada anak.

2) Bagi Orang Tua dan Keluarga

Kajian ini membantu meningkatkan kesadaran orang tua mengenai bahaya konsumsi gula berlebih pada anak, pembatasan konsumsi gula yang berlebih dan pentingnya pola makan sehat untuk mencegah risiko penyakit ginjal.

3) Bagi Institusi Pendidikan

Kajian ini dapat menjadi dasar untuk mengembangkan program edukasi kesehatan di sekolah guna mengurangi kebiasaan konsumsi makanan dan minuman manis berlebih pada anak.

4) Bagi Pemerintah dan Pembuat Kebijakan

Hasil kajian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan dalam merumuskan kebijakan regulasi konsumsi gula, pelabelan produk makanan/minuman, serta kampanye masyarakat untuk menekan prevalensi penyakit ginjal anak salah satunya dengan cara mengurangi kebiasaan konsumsi makanan dan minuman manis.