BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Peningkatan angka harapan hidup di Indonesia berpengaruh terhadap meningkatnya jumlah penduduk lanjut usia (lansia). Jumlah lansia di Indonesia mencapai 11,75% dari total populasi, dan diperkirakan akan terus meningkat setiap tahunnya. Peningkatan jumlah lansia ini berdampak pada meningkatnya kasus penyakit kronis yang memerlukan perawatan jangka panjang (BPS,2023). Lansia memiliki risiko tinggi mengalami penyakit degeneratif seperti hipertensi, diabetes, penyakit jantung, dan gagal ginjal kronik (GGK) akibat penurunan fungsi organ tubuh seiring proses penuaan (Kementerian RI, 2022).

Gagal ginjal kronik (GGK) adalah kondisi penurunan fungsi ginjal yang berlangsung secara bertahap dan bersifat tidak dapat pulih kembali. Keadaan ini ditandai dengan menurunnya laju filtrasi glomerulus (LFG) di bawah 60 ml/menit/1,73 m^2 hingga mencapai kurang dari 15 ml/menit, yang biasanya diukur melalui kadar kreatinin serum. Akibat gangguan tersebut, tubuh kehilangan kemampuan untuk menjaga keseimbangan metabolisme, cairan, dan elektrolit, sehingga terjadi penumpukan zat sisa metabolik seperti ureum dalam darah atau yang dikenal dengan uremia (Vaidya, 2024).

Secara global, prevalensi gagal ginjal kronik (GGK) diperkirakan melebihi 10% dari populasi dunia, dengan jumlah penderita mencapai sekitar 843,6 juta orang (Kovesdy, 2022). Di benua Asia khususnya Asia tenggara terdapat peningkatan pasien yang menjalani hemodialisis pada setiap negara yaitu 66% (2,9 juta) dari seluruh jumlah penduduk asia tenggara (Prasad & Jha, 2020). Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi gagal ginjal kronis (GGK) berdasarkan diagnosis dokter di Indonesia menunjukkan kecenderungan meningkat seiring dengan pertambahan usia. Prevalensi GGK pada kelompok usia 55–64 tahun tercatat sebesar 0,40%, meningkat menjadi 0,45% pada kelompok usia 65–74 tahun, dan

mencapai 0,57% pada kelompok usia ≥75 tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Di antara lansia yang menderita GGK, pasien yang menjalani terapi hemodialisis juga bervariasi menurut kelompok usia, yaitu sebesar 21,8% pada usia 55–64 tahun, meningkat menjadi 23,8% pada usia 65–74 tahun, serta menurun menjadi 5,1% pada usia ≥75 tahun. Pada tingkat provinsi, prevalensi GGK di Provinsi Jawa Timur dilaporkan sebesar 0,12% berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023, dan pola kejadian GGK pada kelompok usia lanjut di provinsi ini menunjukkan kecenderungan yang sejalan dengan kondisi nasional yang dimana terus meningkat (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Rumah Sakit Panti Waluya Sawahan Malang merupakan salah satu fasilitas kesehatan di Kota Malang yang menyediakan layanan hemodialisis. Berdasarkan data dari unit hemodialisis Rumah Sakit Panti Waluya Sawahan Malang periode November hingga Desember 2025, tercatat sebanyak 210 pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisis dan 38,6% (81 pasien) diantaranya merupakan kelompok lansia.

Pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis, terutama pada kelompok lansia, termasuk populasi yang sangat rentan terhadap gangguan fisiologis dan psikologis akibat perubahan metabolik serta ketidakseimbangan cairan tubuh selama terapi (Kovesdy, 2022). Pada lansia secara umum, proses penuaan menyebabkan perubahan struktur dan fungsi tidur, seperti berkurangnya tidur nyenyak, meningkatnya frekuensi terbangun di malam hari, serta perubahan ritme sirkadian. Kualitas tidur yang buruk menyebabkan proses pemulihan fisik dan mental tidak berlangsung optimal, sehingga lansia cenderung mengalami penurunan energi, kelemahan, dan peningkatan tingkat keletihan pada siang hari. Pada GGK terjadi penurunan fungsi ginjal yang menyebabkan penumpukan metabolit seperti ureum dan ketidakseimbangan cairan yang tidak dapat dikompensasi, sehingga tubuh mengalami akumulasi toksin uremik dan cairan berlebih. Penumpukan toksin dapat memengaruhi sistem saraf pusat dan ritme tidur-bangun, sedangkan kelebihan cairan di jantung maupun paru-paru dapat menyebabkan sesak napas dan gangguan pernapasan saat tidur sehingga mengganggu kualitas tidur pasien hemodialisis. Lebih dari 60% pasien hemodialisis mengalami kualitas tidur buruk yang disertai keletihan sedang hingga berat, yang menunjukkan hubungan antara gangguan tidur dan meningkatnya keletihan karena tubuh

tidak memperoleh pemulihan energi yang optimal (*National Kidney Foundation*, 2023). Kondisi ini diperberat oleh stres fisiologis hemodialisis, termasuk fluktuasi tekanan darah dan perubahan hemodinamik akibat penarikan cairan dan elektrolit yang dapat menurunkan cadangan energi tubuh setelah hemodialisis (Murdeshwar *et al.,* 2023). Studi menunjukkan bahwa lebih dari separuh (>50%) pasien lansia dengan gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis mengalami gangguan tidur, dan prevalensinya lebih tinggi dibandingkan kelompok usia yang lebih muda (Jhamb *et al.,* 2021).

Keletihan merupakan keluhan utama yang banyak dialami oleh pasien hemodialisis, khususnya pada kelompok lansia, yang ditandai dengan rasa lemah, berkurangnya energi, menurunnya konsentrasi, serta rendahnya motivasi untuk beraktivitas dan menjalani terapi. Keletihan pada pasien hemodialisis dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah kualitas tidur. Tidur yang tidak berkualitas dapat menghambat proses pemulihan energi tubuh dan memperburuk keletihan yang dirasakan, sehingga keletihan yang menetap berpotensi menurunkan kemampuan fungsional lansia serta meningkatkan risiko gangguan psikologis, termasuk depresi (Kang *et al*., 2023). Penelitian menunjukkan bahwa tingkat keletihan pada pasien hemodialisis memiliki keterkaitan yang kuat dengan durasi dan kualitas tidur, karena tubuh tidak memperoleh pemulihan energi yang optimal selama tidur (Rahmawati *et al*., 2021). Secara epidemiologis, lebih dari separuh (51,6%) pasien hemodialisis mengalami keletihan bahkan hampir seluruh pasien (97,5%) merasakan keletihan dalam berbagai tingkat selama menjalani terapi hemodialisis (Almutary *et al*., 2022).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan melalui wawancara secara acak di dapatkan 10 lansia yang berusia 60–74 tahun dengan gangguan ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. Peneliti menanyakan apakah lansia sering mengalami kesulitan tidur. Jawaban 8 dari 10 lansia yaitu sering mengalami kesulitan tidur, terutama pada malam hari. Saat ditanyakan hal-hal yang membuat lansia sulit tidur, lansia menyampaikan berbagai keluhan seperti pusing, gatal-gatal, badan terasa lemas, mual, batuk atau sesak nafas, badan terasa capek, serta rasa gelisah. Lansia juga mengatakan bahwa mudah terbangun meskipun hanya karena suara kecil,

dan apabila sudah terbangun atau dibangunkan, lansia merasa sulit untuk tidur kembali. Selanjutnya, ketika ditanyakan apakah lansia sering merasa capek meskipun tidak melakukan aktivitas berat, 10 lansia menjawab sering merasa capek. Lansia juga menyampaikan bahwa rasa lelah yang dirasakan tidak sepenuhnya hilang meskipun sudah beristirahat atau tidur. Selain itu, saat ditanyakan apakah setelah tidur yang kurang nyenyak lansia merasa lebih cepat capek keesokan harinya, 8 lansia menjawab iya. Ketika peneliti menanyakan menurut lansia apa yang membuat badan terasa capek, lansia menyampaikan bahwa keletihan disebabkan oleh usia yang sudah lanjut, kondisi penyakit, proses hemodialisis yang dijalani, serta kurang tidur.

Hasil telaah beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa gangguan kualitas tidur dan keluhan keletihan merupakan masalah yang sering dialami oleh pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis, khususnya pada kelompok lansia. Lansia dengan gagal ginjal kronik diketahui mengalami perubahan fisiologis yang dapat mempengaruhi proses pemulihan tubuh setelah menjalani hemodialisis, sehingga berpotensi mengalami gangguan tidur dan keletihan secara bersamaan (Kang *et al.,* 2023; Kavala, 2024). Apabila gangguan kualitas tidur dan keletihan ini berlangsung dalam jangka waktu lama, kondisi tersebut dapat berdampak negatif terhadap status fisik dan psikologis lansia, seperti penurunan fungsi fisik, berkurangnya kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari, gangguan konsentrasi, serta peningkatan risiko gangguan kardiovaskular dan penurunan kualitas hidup. Keletihan kronis dan gangguan tidur yang tidak tertangani juga dapat mempengaruhi kepatuhan pasien dalam menjalani terapi hemodialisis serta meningkatkan risiko rawat inap dan mortalitas pada pasien gagal ginjal kronik lansia (Bossola *et al.,* 2023; Jhamb *et al.,* 2021). Berdasarkan studi literatur yang telah dilakukan oleh peneliti, penelitian yang secara khusus membahas hubungan antara kualitas tidur dengan tingkat keletihan pada pasien lansia gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis masih terbatas. Oleh karena itu, pengkajian lebih lanjut mengenai hubungan kualitas tidur dengan tingkat keletihan pada lansia gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis menjadi penting untuk dilakukan sebagai dasar dalam pengembangan intervensi keperawatan yang lebih komprehensif dan berfokus pada kebutuhan spesifik lansia. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan

kontribusi ilmiah dan praktis bagi tenaga kesehatan, khususnya perawat, dalam upaya meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan di unit hemodialisis Rumah Sakit Panti Waluya Sawahan Malang, serta menjadi rujukan dalam pengembangan pelayanan keperawatan berbasis bukti di masa mendatang. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Kualitas Tidur dengan Tingkat Keletihan pada Lansia Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis di Rumah Sakit Panti Waluya Sawahan Malang."

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara kualitas tidur dengan tingkat keletihan pada lansia gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di Rumah Sakit Panti Waluya Sawahan Malang?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengidentifikasi hubungan antara kualitas tidur dengan tingkat keletihan pada lansia gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di Rumah Sakit Panti Waluya Sawahan Malang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi kualitas tidur pada lansia gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di Rumah Sakit Panti Waluya Sawahan Malang.
2. Mengidentifikasi tingkat keletihan pada lansia gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di Rumah Sakit Panti Waluya Sawahan Malang.
3. Mengidentifikasi hubungan kualitas tidur dengan tingkat keletihan pada lansia gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di Rumah Sakit Panti Waluya Sawahan Malang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademik

1. Menambah pengetahuan ilmiah di bidang keperawatan medikal bedah dan keperawatan gerontik, khususnya mengenai hubungan antara kualitas tidur dan tingkat keletihan pada lansia dengan gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis.
2. Menjadi sumber referensi ilmiah bagi mahasiswa, dosen, dan peneliti lain dalam mengidentifikasi hubungan kualitas tidur dengan tingkat keletihan pada lansia gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis.
3. Memberikan dasar teoritis bagi pengembangan intervensi keperawatan berbasis bukti (*evidence based nursing*) yang bertujuan meningkatkan kualitas tidur dan menurunkan tingkat keletihan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Membantu tenaga kesehatan, terutama perawat, dalam merancang intervensi yang tepat untuk mengatasi kualitas tidur yang buruk pasien gagal ginjal kronik dan mengurangi tingkat keletihan mereka sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup pasien.
2. Hasil penelitian dapat menjadi masukan bagi manajemen Rumah Sakit Panti Waluya Sawahan dalam pengembangan pelayanan hemodialisis termasuk dukungan psikologis bagi pasien gagal ginjal kronik yang mengalami kualitas tidur yang buruk.
3. Memberikan informasi bagi pasien dan keluarga tentang pentingnya manajemen tidur untuk mengurangi tingkat keletihan dan meningkatkan kesehatan mereka.