



JOURNAL OF Qualitative Health Research
& Case Studies Reports

ISSN 28079094 (Print)

ISSN 28078489 (Online)



INFORMASI ARTIKEL

Received: June, 25, 2025

Revised: July, 12, 2025

Available: July, 12, 2025

at : <https://e-jurnal.ipphorr.com/index.php/qlt>

Hubungan pola makan dengan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis rawat jalan

Mutya Rahmawaty Arikalang*, Sunarto Kadir, Vidya Avianti Hadju

Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo

Korespondensi penulis: Mutya Rahmawaty Arikalang. E-mail: mutyarikalang19@gmail.com

ABSTRACT

Background: Kualitas hidup didefinisikan sebagai persepsi seseorang tentang posisinya dalam kehidupan, dalam hubungannya dengan sistem budaya dan nilai setempat dan berhubungan dengan cita-cita, pengharapan, dan pandangan-pandangannya yang merupakan pengukuran multimedis, tidak terbatas hanya pada aspek fisik maupun psikologis.

Purpose: To analyze the relationship between dietary patterns and the quality of life of chronic kidney failure patients undergoing outpatient hemodialysis.

Method: This analytical survey study used a cross-sectional approach with a population of 58 chronic kidney disease patients undergoing outpatient hemodialysis. The sample was determined using a purposive sampling method based on inclusion and exclusion criteria. The independent variable was dietary patterns and the dependent variable was the quality of life of chronic kidney disease patients undergoing hemodialysis. The research instrument used a questionnaire. Data analysis used the Chi-Square statistical test.

Results: The results of the chi-square test obtained $p\text{-value} = 0.000 (<0.05)$.

Conclusion: There is a significant relationship between dietary patterns and the quality of life of chronic kidney failure patients undergoing outpatient hemodialysis.

Suggest: It is important to provide nutritional education and regular dietary monitoring for patients to improve the quality of life of chronic kidney failure patients undergoing hemodialysis.

Keywords: Chronic Kidney Disease; Dietary Pattern; Haemodialysis.

Pendahuluan: Kualitas hidup didefinisikan sebagai persepsi seseorang tentang posisinya dalam kehidupan, dalam hubungannya dengan sistem budaya dan nilai setempat dan berhubungan dengan cita-cita, pengharapan, dan pandangan-pandangannya yang merupakan pengukuran multimedis, tidak terbatas hanya pada aspek fisik maupun psikologis.

Tujuan: Untuk menganalisis hubungan pola makan dengan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis rawat jalan.

Hubungan pola makan dengan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis rawat jalan

Metode: Penelitian survey analitik menggunakan pendekatan *cross sectional* dengan populasi 58 pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis rawat jalan. Penentuan sampel menggunakan metode *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Variabel independen adalah pola makan dan variabel dependen adalah kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. Instrumen penelitian menggunakan lembar kuesioner. Analisis data menggunakan uji statistik *Chi-Square*.

Hasil: Perolehan hasil uji chi-square diperoleh $p\text{-value}=0.000 (<0.05)$.

Simpanan: Ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis rawat jalan.

Saran: Penting untuk memberikan edukasi gizi dan pemantauan pola makan secara rutin bagi pasien untuk meningkatkan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis.

Kata Kunci: Gagal Ginjal Kronik; Hemodialisis; Pola Makan.

PENDAHULUAN

Gagal ginjal merupakan kejadian patofisiologis yang memiliki berbagai penyebab etiologi mengakibatkan ketidak normalan pada fungsi ginjal dan akan menjadi gagal ginjal kronik. Keadaan klinis pada gagal ginjal dilihat dengan penurunan fungsi yang dimiliki ginjal dan perlu adanya terapi hemodialisis untuk menggantikan ginjal atau melakukan cangkok ginjal. Gagal ginjal kronik diartikan juga terjadinya struktur dan fungsi pada ginjal diikuti penurunan laju filtrasi glomerulus dengan manifestasi yang terdapat kelainan patologis (Agussalim & Muflihatin, 2020).

Angka kejadian gagal ginjal di dunia secara global lebih dari 500 juta orang dan yang harus hidup dengan menjalani hemodialisa sekitar 1.5 juta orang (Firdayanti, Idris, & Arfan, 2023). Perkiraan kejadian gagal ginjal kronik hemodialisis terjadi peningkatan sebesar 8% di setiap tahunnya. Gagal ginjal kronik menempati penyakit kronik tertinggi di dunia. Berdasarkan data *Indonesian Renal Registry*, tercatat 130.981 pasien aktif dan 61.786 pasien baru yang menjalani terapi hemodialisa (*Indonesian Renal Registry*, 2020). Pengguna hemodialisa (HD) adalah pasien dengan diagnosis gagal ginjal kronik.

Angka kejadian gagal ginjal kronis di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter

pada penduduk umur ≥ 15 tahun adalah 0.18% dari total penduduk, atau sekitar 638.178 jiwa (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Angka kejadian penyakit gagal ginjal yang menjalani rawat jalan tahun 2022 mencapai 2.553 jiwa, sedangkan gagal ginjal yang menjalani rawat jalan di tahun 2023 mencapai 4.998 jiwa. Berdasarkan hal itu, kejadian gagal ginjal di Gorontalo terjadi peningkatan yang sangat signifikan di tahun 2023.

Penyakit Gagal Ginjal Kronik (GGK) muncul dari banyak jalur penyakit heterogen yang mengubah fungsi dan struktur ginjal secara permanen, selama berbulan-bulan atau bertahun-tahun. Diagnosis GGK bertumpu pada pembentukan pengurangan kronis fungsi ginjal dan kerusakan ginjal struktural. Indikator terbaik yang tersedia dari keseluruhan fungsi ginjal adalah laju filtrasi glomerulus (GFR) yang sama dengan jumlah total cairan yang disaring melalui semua nefron yang berfungsi per unit waktu (Rozi, Majiding, & Siddiq, 2023).

Hemodialisis merupakan salah satu peran ginjal yang digantikan dengan menggunakan mesin hemodialisis untuk membuang racun urin dan mengatur elektrolit. Tindakan ini juga merupakan

Mutya Rahmawaty Arikalang*, Sunarto Kadir, Vidya Avianti Hadju

Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo

Korespondensi penulis: Mutya Rahmawaty Arikalang. E-mail: mutyarikalang19@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i3.1090>

Hubungan pola makan dengan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis rawat jalan

usaha untuk meningkatkan *Quality of life* pasien penyakit ginjal kronis. Hemodialisis adalah terapi pengganti ginjal yang sering digunakan dan ketersediaannya terus meningkat. Hemodialisis adalah pengobatan cuci darah yang digunakan untuk membuang cairan atau limbah dari dalam tubuh ketika ginjal sudah tidak mampu lagi menjalankan fungsinya. Hemodialisis dapat menambah umur seseorang, tetapi tidak memperbaiki fungsi ginjal (Hasanah, Dewi, Ludiana, Pakarti, & Inayati, 2023).

Pola makan sangat mempengaruhi keberhasilan tindakan hemodialisa. Ketika pola makan tidak mengikuti pembatasan mengakibatkan cairan menumpuk didalam tubuh. Kondisi ini akan membuat tekanan darah meningkat dan memperberat kerja jantung. Mengakibatkan edema di bagian tubuh tertentu menimbulkan gangguan seperti kurang nyaman untuk beraktivitas sehari-hari mengakibatkan perubahan emosional dan menjauh dari lingkungan sekitar sehingga kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik tidak mencapai kualitas hidup yang baik (Mardiyyah, 2021).

Kualitas hidup didefinisikan sebagai persepsi seseorang tentang posisinya dalam kehidupannya yang memiliki hubungan dengan sistem budaya dan nilai setempat yang berhubungan dengan cita-cita, pengharapan, dan pandangan-pandangannya yang merupakan pengukuran multimedis, serta tidak terbatas hanya pada aspek fisik maupun psikologis. Aspek yang berhubungan dengan kualitas hidup pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis antara lain adalah umur, jenis kelamin, fisik, psikologis, ekonomi, sosial, dan lingkungan.

Sehingga hal tersebut dapat mempengaruhi kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik karena dimana pasien yang berusia produktif merasa terpacu untuk sembuh karena masih mempunyai harapan hidup yang tinggi. Pasien akan mengalami gangguan proses berpikir dan konsentrasi serta gangguan dalam

berhubungan sosial. Semua kondisi tersebut akan menyebabkan menurunnya kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisis (Bellasari, 2020).

Menurunnya kualitas hidup pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis mulai nampak dalam waktu berangsur selama lebih dari satu tahun. Pasien mengeluh dengan banyak gejala yang berkaitan dengan kegiatan, beban pengeluaran biaya, beban pengaturan zat cair, bahkan pelayanan yang dirasakan dari tenaga kesehatan. Penderita gagal ginjal kronik sering dianjurkan melakukan pengaturan diet agar dapat mendukung peningkatan kualitas hidupnya dan agar proses terapi hemodialisis benar-benar adekuat. Sehingga penderita gagal ginjal wajib memperoleh asupan makan yang seimbang supaya bisa dalam status nutrisi baik, sebab keadaan gizi memberikan dampak modifikasi pada hubungan dengan kualitas hidup (Pane & Muflihatin, 2020).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kualitas hidup pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis (Allo, Aminyoto & Retnaningrum, 2020). Kelompok pasien dengan asupan tinggi minuman manis, pengurangan asupan protein dan sayuran, kelompok pasien dengan asupan glukosa yang berlebihan secara berulang dan asupan mikronutrien yang kurang memadai memiliki kontribusi yang signifikan pada penurunan kualitas hidup pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis rutin (Allo et al., 2020).

METODE

Penelitian survey analitik menggunakan pendekatan *cross sectional* dengan populasi 51 pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis rawat jalan. Penelitian ini dilakukan selama dua minggu pada bulan Maret 2025 di Rumah Sakit Umum Daerah Prof. Dr. H. Aloei

Mutya Rahmawaty Arikalang*, Sunarto Kadir, Vidya Avianti Hadju

Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo

Korespondensi penulis: Mutya Rahmawaty Arikalang. E-mail: mutyarikalang19@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i3.1090>

Hubungan pola makan dengan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis rawat jalan

Saboe Kota Gorontalo berlokasi di jalan Prof. Dr. H. Aloe Saboe Nomor 91 RT 1 RW 4 Kelurahan Wongkaditi Timur Kecamatan Kota Utara Kota Gorontalo Provinsi Gorontalo.

Penentuan sampel menggunakan metode *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Variabel independen adalah pola makan

dan variabel dependen adalah kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. Instrumen penelitian menggunakan lembar kuesioner. Analisis data menggunakan uji statistik *Chi-Square* dengan derajat kepercayaan 0.05.

HASIL

Tabel 1. Data Distribusi Frekuensi Responden (N=51)

Variabel	Hasil
Umur (Mean±SD)(Rentang)	(44.607±17.53)(18-59)
18-59	37/72.5
>59	14/27.5
Jenis Kelamin (n/%)	
Laki-Laki	25/49.0
Perempuan	26/51.0
Pendidikan (n/%)	
SD	4/7.8
SMP	7/13.7
SMA	17/33.3
Sarjana (S1)	19/37.3
Magister (S2)	4/7.8
Pekerjaan (n/%)	
Guru	3/5.9
IRT	18/35.3
Notaris	1/2.0
Pendeta	1/2.0
Pensiun	7/13.7
Petani	1/2.0
PNS	7/13.7
Tidak Bekerja	2/3.9
Transportasi	1/2.0
Tukang Kayu	1/2.0
Wiraswasta	9/17.6
Lama Menjalani Hemodialisis (n/%)	
<1 tahun	19/37.3
1-2 tahun	16/31.4
>2 tahun	16/31.4
Riwayat Penyakit Lain (n/%)	
Hipertensi	21/41.2
Diabetes Mellitus Type 2	12/23.5

Mutya Rahmawaty Arikalang*, Sunarto Kadir, Vidya Avianti Hadju

Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo

Korespondensi penulis: Mutya Rahmawaty Arikalang. E-mail: mutyarikalang19@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i3.1090>

Hubungan pola makan dengan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis rawat jalan

Asam Urat	4/7.8
Jantung	1/2.0
Komplikasi	3/5.9
Batu Ginjal	1/2.0
Autoimun	1/2.0
Tidak memiliki riwayat	8/15.7
Pola Makan (n/%)	
Kurang	26/51.0
Baik	20/39.2
Lebih	5/9.8
Kualitas Hidup (n/%)	
Sedang	27/52.9
Tidak	24/47.1

Tabel 1. menunjukkan data distribusi responden berdasarkan nilai *Mean* dan *SD* sebesar 44.607 ± 17.53 . Mayoritas kelompok umur responden yang mendominasi adalah kelompok umur 18-59 tahun sebanyak 37 responden (72.5%). Berdasarkan jenis kelamin responden, Tabel 1. menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 26 responden (51.0%) dan memiliki tingkat pendidikan sarjana (S1) sebanyak 19 responden (37.3). Selain itu, mayoritas responden memiliki pekerjaan sebagai IRT (Ibu Rumah Tangga) yang berjumlah 18 responden (35.3%).

Distribusi responden berdasarkan lama menjalani hemodialisis menunjukkan sebagian besar responden dengan lama menjalani hemodialisis yaitu <1 tahun sebanyak 19 responden (37.3%) dengan riwayat penyakit pasien gagal ginjal kronik yang paling banyak dialami oleh responden adalah hipertensi sebanyak 21 responden (41.2%).

Selain itu, Tabel 1. juga menunjukkan distribusi responden berdasarkan pola makan yang ditemukan sebagian besar responden memiliki pola makan dalam kategori kurang sebanyak 26 responden (51%). Sementara itu, berdasarkan kualitas hidup sebagian besar responden memiliki kualitas hidup dalam kategori sedang, yaitu sebanyak 27 responden (52.9%).

Tabel 2. Hubungan Pola Makan Dengan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis Rawat Jalan

Pola Makan	Kualitas Hidup		p-value
	Sedang n%	Baik n%	
Kurang	20/76.9	6/23.1	0.000
Baik	3/15	17/85	
Lebih	4/80	1/20	

Tabel 2. menunjukkan pola makan mayoritas dalam kategori kurang sebanyak 26 responden (100%), yang dimana sebanyak 20 responden (76.9%) memiliki kualitas hidup sedang dan 6 responden (23.1%) memiliki kualitas

hidup baik. Sementara itu, pada pola makan kategori baik sebanyak 20 responden (100%), yang memiliki kualitas hidup sedang sebanyak 3 responden (15%) dan yang memiliki kualitas hidup baik sebanyak 17 responden (85%).

Mutya Rahmawaty Arikalang*, Sunarto Kadir, Vidya Avianti Hadju

Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo

Korespondensi penulis: Mutya Rahmawaty Arikalang. E-mail: mutyarikalang19@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i3.1090>

Hubungan pola makan dengan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis rawat jalan

Sedangkan pola makan pada kategori lebih sebanyak 5 responden (100%), yang memiliki kualitas hidup sedang sebanyak 4 responden (80%) dan yang memiliki kualitas hidup baik sebanyak 1 responden (20%).

Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *Chi Square*, diperoleh nilai $p = 0.000 < 0.05$, yang artinya terdapat hubungan yang bermakna secara statistic antara pola makan dengan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis rawat jalan.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian dari karakteristik pasien gagal ginjal kronik diperoleh sebagian besar umur responden berada pada rentang 18-59 tahun yaitu 37 responden, berdasarkan jenis kelamin mayoritas yaitu perempuan sebanyak 26 responden, kategori pendidikan responden paling banyak memiliki tingkat pendidikan sarjana (S1) yaitu 19 responden, berdasarkan pekerjaan responden paling banyak adalah IRT (Ibu Rumah Tangga) dengan jumlah 18 responden, berdasarkan lama menjalani hemodialisis sebagian besar dengan lama menjalani hemodialisis yaitu <1 tahun sebanyak 19 responden, dan berdasarkan riwayat penyakit lain paling banyak memiliki riwayat penyakit hipertensi dengan jumlah 21 responden.

Pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis paling banyak pada rentang umur 18-59 tahun, hal ini disebabkan oleh penurunan fungsi ginjal yang terjadi seiring bertambahnya umur, serta akumulasi faktor risiko seperti hipertensi dan diabetes melitus yang umum pada kelompok umur ini. Perempuan beresiko terkena gagal ginjal kronik karena banyaknya perempuan yang terkena penyakit menyerta seperti hipertensi dan diabetes melitus.

Selain itu, pekerjaan pasien gagal ginjal kronik lebih banyak ibu rumah tangga (IRT) karena beberapa pasien berhenti bekerja setelah terdiagnosa

gagal ginjal kronik. Sementara itu, tingkat pendidikan lebih banyak sarjana (S1) karena tingkat kesadaran kesehatan yang lebih baik sehingga dapat terdiagnosis lebih awal. Lama menjalani hemodialisis paling banyak <1 tahun karena peningkatan pasien baru, fase awal adaptasi, dan tingginya risiko mortalitas pada pasien lama. Selain itu, riwayat penyakit penyerta lebih banyak diabetes dan hipertensi karena keduanya merupakan penyebab utama kerusakan ginjal, dan saling memperparah ketika gagal ginjal kronik sudah terjadi.

Karakteristik sangat mempengaruhi pola kehidupan seseorang. Karakteristik tersebut dapat terlihat dari beberapa sudut pandang diantaranya umur, jenis kelamin, dan lama hemodialisis. Karakteristik individu berdasarkan umur sangat signifikan dari yang muda hingga lansia. Penderita gagal ginjal kronik berusia muda lebih banyak dipengaruhi oleh gaya hidup, stress, kelelahan, kebiasaan minum dan sumber air minumannya, konsumsi minuman suplemen, makanan mengandung formalin dan borax, serta kurangnya minum air putih menjadi faktor pemicu (Cipto, Siswoko, Normawati, & Uripno, 2024).

Penelitian sebelumnya menyatakan karakteristik pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisis di RSUD Dr. Pirngadi Kota Medan didominasi usia 56-65 tahun, mayoritas berjenis kelamin laki-laki, jenjang pendidikan terbanyak tamatan SMA, pekerjaan didominasi kategori bekerja, status pernikahan didominasi kategori menikah, durasi hemodialisis didominasi diatas 24 bulan, dan menderita penyakit penyerta yang didominasi oleh penyakit hipertensi dan anemia (Saragih, Wahyuni, Yuniarti, Indrayani, Peri, 2024).

Hasil penelitian yang disajikan pada Tabel 2. menunjukkan bahwa pola makan sebagian besar responden memiliki pola makan dalam kategori kurang, yaitu sebanyak 26 responden (51%). Sementara itu, sebanyak 20 responden

Mutya Rahmawaty Arikalang*, Sunarto Kadir, Vidya Avianti Hadju

Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo

Korespondensi penulis: Mutya Rahmawaty Arikalang. E-mail: mutyarikalang19@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i3.1090>

Hubungan pola makan dengan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis rawat jalan

(39.2%) memiliki pola makan baik, dan sisanya sebanyak 5 responden (9.8%) memiliki pola makan lebih.

Berdasarkan hal tersebut, sebagian besar berada pada pola makan dalam kategori kurang, penyebab responden mengalami pola makan kurang salah satunya kurangnya asupan makanan harian, penurunan nafsu makan dan mual akibat hemodialisis, dan kebiasaan makan seperti mengonsumsi mie, serta kurang makan sayur dan buah.

Kurangnya asupan gizi menjadi masalah utama, karena zat gizi yang baik diperlukan untuk pengembangan sel dan jaringan tubuh serta proses homeostasis pada tubuh. Pasien gagal ginjal kronik dengan hemodialisa, metabolisme energi dirusak dan terbentuk dari keseimbangan energi yang negatif karena adanya kekacauan pada metabolisme energi seluler. Hal ini menyatakan bahwa pada pasien ginjal kronik dengan hemodialisa cenderung mengalami peningkatan proses katabolisme, perubahan metabolisme, dan hilangnya asam amino karena proses hemodialisa, sehingga kebutuhan juga ikut meningkat. Sehingga, agar asupan energi dan protein terpenuhi, perlu asupan yang cukup dengan mengonsumsi makanan yang cukup dan seimbang baik energi, protein, lemak dan karbohidrat (Yogyantini & Wahyunani, 2024).

Penelitian sebelumnya menunjukkan pola yang makan kurang baik disebabkan oleh faktor penyebab dan faktor eksternal yang di dalamnya ada sosial budaya, faktor ekonomi, pendidikan, pekerjaan, dan kebiasaan makan (Mardiyah, 2021). Kondisi ini akan menyebabkan berbagai gangguan, meliputi: tekanan darah meningkat, memperberat kerja jantung, dan mengakibatkan edema di bagian tubuh tertentu.

Hasil penelitian diketahui bahwa kualitas hidup sebagian besar responden memiliki kualitas hidup dalam kategori sedang yaitu sebanyak 27 responden (52.9%). Sementara itu, sebanyak 24

responden (47.1%) memiliki kualitas hidup baik.

Kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis dikatakan baik jika pasien mampu menjalani aktivitas harian seperti berjalan, merawat diri, serta berinteraksi sosial dengan kondisi mental yang stabil dan merasa puas dengan kesehatannya. Sementara itu, kualitas hidup sedang ditandai dengan keterbatasan fisik, seperti mudah lelah dan nyeri, penurunan kemampuan beraktivitas, gangguan emosional, serta keluhan akibat hemodialisis, namun pasien masih bisa beradaptasi secara sosial dan emosional.

Kualitas hidup adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan rasa kesejahteraan, termasuk aspek kebahagiaan, kepuasan hidup, dan lainnya. Kualitas hidup pasien yang menjalani hemodialisis dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah umur, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, komorbid, status nutrisi, penatalaksanaan medis, berapa lama menjalani terapi hemodialisis dan penyakit penyerta (Devi & Rahman, 2022).

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa kualitas hidup yang baik dapat dilihat dari 4 dimensi yaitu fisik, sosial, lingkungan, dan psikologis (Sari & Soleman, 2024). Pasien yang menjalani hemodialisa lebih dari >12 bulan cenderung memiliki kualitas hidup yang baik karena mereka sudah berada di fase menerima kondisi dan terapi hemodialisa, mereka juga merasakan dampak terapi hemodialisa untuk mengurangi gejala yang timbul sehingga mengakibatkan mereka bisa beraktivitas, sedangkan pasien yang hemodialisa kurang dari ≤ 12 bulan beberapa mempunyai kualitas hidup yang buruk karena mereka belum bisa menerima kondisi dan terapi hemodialisa yang akan mereka jalani seumur hidupnya.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan

Mutya Rahmawaty Arikalang*, Sunarto Kadir, Vidya Avianti Hadju

Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo

Korespondensi penulis: Mutya Rahmawaty Arikalang. E-mail: mutyarikalang19@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i3.1090>

Hubungan pola makan dengan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis rawat jalan

antara pola makan dengan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis rawat jalan. Total sebanyak 51 responden, mayoritas responden dengan pola makan kurang 26 responden yang memiliki kualitas hidup sedang 20 responden (76.9%), sementara hanya 6 responden (23.1%) yang memiliki kualitas hidup baik. Selain itu, kategori pola makan baik sebanyak 20 responden, 17 responden (85%) menunjukkan kualitas hidup yang baik, dan hanya 3 responden (15%) yang memiliki kualitas hidup sedang.

Sedangkan pada kelompok pola makan lebih sebanyak 5 responden, 4 responden (80%) memiliki kualitas hidup sedang dan hanya 1 responden (20%) yang memiliki kualitas hidup baik. Berdasarkan hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *Chi Square*, diperoleh nilai $p=0.000$ (<0.05), artinya ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis rawat jalan.

Pola makan memiliki peran yang sangat penting dalam memengaruhi kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. Hal ini disebabkan oleh kondisi tubuh pasien yang tidak lagi mampu menjalankan fungsi ginjal secara optimal, sehingga proses pengeluaran zat-zat sisa metabolisme menjadi terganggu. Meskipun hemodialisis dapat membantu membuang sebagian dari zat-zat tersebut, proses ini tidak berlangsung setiap saat. Sehingga pengaturan pola makan menjadi kunci utama dalam menjaga keseimbangan tubuh pasien. Apabila pasien tidak menjaga pola makannya dengan baik akan menimbulkan berbagai gejala seperti mual, kelelahan, dan sesak napas. Hal ini secara langsung akan menurunkan kenyamanan, kebugaran, dan kemampuan pasien dalam menjalani aktivitas sehari-hari yang pada akhirnya berdampak negatif terhadap kualitas hidup mereka.

Kategori pola makan kurang sebanyak 26 responden dan sebanyak 6 responden yang memiliki kualitas hidup baik. Hal ini terjadi karena pasien yang memiliki pola makan kurang tetapi kualitas hidupnya baik memiliki kondisi fisik yang stabil meskipun pola makannya kurang dan tidak memiliki riwayat penyakit penyerta. Sementara itu, pada kategori pola makan baik sebanyak 20 responden dan terdapat 3 responden yang memiliki kualitas hidup sedang. Hal ini terjadi dikarenakan pengaruh oleh faktor lain, seperti adanya komplikasi penyakit lain, kelelahan akibat hemodialisis yang rutin, atau adanya masalah psikososial seperti stress dan depresi.

Sedangkan pada kategori pola makan lebih sebanyak 5 responden dan terdapat 1 responden yang memiliki kualitas hidup baik. Hal ini terjadi karena kemampuan tubuh individu tersebut dalam mengimbangi kelebihan asupan makanan melalui proses hemodialisis yang efektif atau faktor psikososial yang positif seperti dukungan keluarga dan lingkungan.

Asupan gizi pasien hemodialisis sangat dipengaruhi oleh kondisi inflamasi sistemik, terapi dialisis, serta akumulasi toksin ureum yang dapat menurunkan asupan makanan dan meningkatkan katabolisme, sehingga pemantauan ketat terhadap asupan zat gizi makro seperti karbohidrat, lemak, dan protein diperlukan untuk menjaga status gizi optimal, mengingat asupan gizi yang adekuat merupakan faktor penting dalam mempertahankan kondisi metabolik, mencegah malnutrisi yang menjadi faktor risiko mortalitas, dan pada akhirnya memengaruhi kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. Asupan gizi dan status gizi mampu memengaruhi beberapa parameter kualitas hidup pasien (Zuliawanty, Palupi, Wahyuni, & Anjani, 2024).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya hubungan antara pola makan dengan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik

Mutya Rahmawaty Arikalang*, Sunarto Kadir, Vidya Avianti Hadju

Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo

Korespondensi penulis: Mutya Rahmawaty Arikalang. E-mail: mutyarikalang19@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i3.1090>

Hubungan pola makan dengan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis rawat jalan

yang menjalani hemodialisis rawat jalan dengan uji statistik *spearman rho* diperoleh nilai $p=0.000$ ($p\text{-value} < 0.05$) (Mardiyyah, 2021).

Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian lainnya yang mengungkapkan bahwa ada hubungan kepatuhan diet dengan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis rawat jalan dengan uji statistik menggunakan *Chi Square* diperoleh nilai $p= 0.016$ ($p\text{-value}<0.05$) (Sitopu, Siamanullang, Saragih, Sihotang, Selli, Sitopu, Sihotang, & Agung, 2023).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis rawat jalan ($p = 0.000$) pola makan dengan kategori kurang dan kategori lebih memiliki kualitas hidup sedang.

SARAN

Rumah sakit disarankan untuk meningkatkan program edukasi gizi dan ketepatan diet secara rutin kepada pasien hemodialisis, dengan penekanan pada pentingnya memenuhi kebutuhan energi, protein, karbohidrat, lemak, dan pembatasan cairan sesuai anjuran.

DAFTAR PUSTAKA

- Agussalim, A. M., & Muflihatin, S. K. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik yang menjalani Hemodialisa menggunakan Metode Literatur Review.
- Allo, S. G. B., Aminyoto, M., & Retnaningrum, Y. R. (2020). Hubungan Status Gizi dan Kepatuhan Diet dengan Kualitas Hidup pada Pasien Penyakit Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisis Rutin di RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda. *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 2(4), 426-431.
- Bellasari, D. (2020). *Hubungan lama menjalani hemodialisis dengan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik di rsud kota madiun* (Doctoral dissertation, STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun).
- Cipto, C., Siswoko, S., Normawati, A. T., & Uripno, P. S. (2024). Kajian Karakteristik Penderita Gagal Ginjal Kronis Dalam Terapi Hemodialisis. *Jurnal Studi Keperawatan*, 5(1), 18-21.
- Devi, S., & Rahman, S. (2022). Hubungan lama menjalani terapi hemodialisis dengan kualitas hidup pasien penyakit ginjal kronik di Rumah Sakit Khusus Ginjal Rasyida. *Jurnal Ilmiah Kohesi*, 6(1), 61-67.
- Firdayanti, F., Idris, S. A., & Arfan, A. (2023). Analisis Kadar Asam Urat Serum Pada Individu Dengan Gagal Ginjal Kronik. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(8), 3251-3257.
- Hasanah, U., Dewi, N. R., Ludiana, L., Pakarti, A. T., & Inayati, A. (2023). Analisis faktor-faktor risiko terjadinya penyakit ginjal kronik pada pasien hemodialisis. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 8(2), 96-103.
- Indonesian Renal Registry. (2020). Laporan Indonesia Renal Registry. Diakses dari: <https://www.indonesianrenalregistry.org/>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Laporan Riskesdas 2018 Nasional*. Diakses dari: <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan%20Riskesdas%202018%20Nasional.pdf>
- Mardiyyah, A. (2021). *Hubungan Pola Makan Dengan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronis Di Wilayah Kerja Puskesmas Waru Kabupaten Sidoarjo*.

Mutya Rahmawaty Arikalang*, Sunarto Kadir, Vidya Avianti Hadju

Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo

Korespondensi penulis: Mutya Rahmawaty Arikalang. E-mail: mutyarikalang19@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i3.1090>

Hubungan pola makan dengan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis rawat jalan

- Pane, W. M., & Muflihatin, S. K. (2020). Hubungan antara Kepatuhan Diet dengan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronis menggunakan Metode Literatur Review.
- Rozi, F., Majiding, C. M., & Siddiq, M. N. A. A. (2023). Karakteristik Sosial, Gaya Hidup, dan Kebiasaan Makan Pasien Gagal Ginjal Kronis (GGK) di RS Gatot Soebroto, Jakarta. *Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas*, 4(1), 66-74.
- Saragih, A. M., Wahyuni, S., Yuniarti, R., Indrayani, G & Peri, P. (2024). Gambaran karakteristik pasien gagal ginjal kronis stadium V yang menjalani hemodialisis. *Scientica: Jurnal Ilmiah Sain dan Teknologi*, 3(1), 431-440
- Sari, R. P., & Soleman, S. R. (2024). Gambaran Kualitas Hidup pada Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisa di RSUD Ibu Fatmawati Soekarno Surakarta. *Protein: Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 2(4), 123-132.
- Sitopu, S. D., Siamanullang, P., Saragih, R., Sihotang, N. E., Selli, O., Sitopu, D., Sihotang, N., & Agung, D. (2023). Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Di Rsu Bidadari Binjai. *Jurnal Darma Agung Husada*.
- Yogyantini, M. D. T., Wahyunani, B. D. (2024). *Hubungan Asupan Zat Gizi Dengan Status Gizi Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Dengan Hemodialisa Di Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta*.
- Zuliawanty, E., Palupi, K. C., Wahyuni, Y., & Anjani, P. A. (2024). Asupan zat gizi makro, status gizi, dan gejala depresi terhadap kualitas hidup pada pasien gagal ginjal kronis dengan hemodialisis. *Ilmu Gizi Indonesia*, 8(1), 01-14.

Mutya Rahmawaty Arikalang*, Sunarto Kadir, Vidya Avianti Hadju

Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo

Korespondensi penulis: Mutya Rahmawaty Arikalang. E-mail: mutyarikalang19@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i3.1090>