BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gagal Ginjal Akut (GGA) atau juga dikenal *Acute Kidney Injury* (AKI) adalah suatu keadaan dimana kemampuan ginjal mengalami penurunan secara mendadak, sehingga ginjal tidak dapat lagi menjaga keseimbangan homeostasis dalam tubuh (Suharmin *et al.*, 2024). Keadaan ini banyak ditemukan pada anak-anak berusia 6 bulan hingga 18 tahun, dengan mayoritas kasus terjadi pada balita. Gejala awal yang umumnya muncul meliputi gejala infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) dan infeksi saluran pencernaan. Salah satu ciri khas dari kondisi ini adalah berkurangnya jumlah urin bahkan hingga anak tidak dapat buang air kecil sama sekali. Ketika gejala sudah memasuki tahap lanjut, anak perlu segera dibawa ke fasilitas kesehatan seperti rumah sakit. Oleh karena itu, orang tua diharapkan lebih waspada, terutama jika anak berada dalam rentang usia tersebut. Rutin melakukan pemantauan aktif terhadap tanda-tanda bahaya, termasuk jumlah dan warna urin yang mungkin tampak lebih pekat atau kecokelatan. Anak harus mendapat asupan cairan yang cukup dengan memastikan konsumsi air minum yang memadai (Sari *et al.*, 2023).

Berdasarkan data IRR (2018), penyebab ginjal akut dan kronis meliputi 39% nefropati akibat hipertensi ginjal, 22% nefropati diabetik, 11% nefropati obstruktif, dan 12% nefropati akibat faktor lain. Salah satu penyebab lainnya adalah nefropati yang disebabkan oleh paparan zat nefrotoksik, yaitu efek berbahaya dari obat-obatan atau bahan tertentu terhadap fungsi ginjal. Faktor yang turut berkontribusi meliputi kurangnya konsumsi air putih atau air mineral, serta kebiasaan mengonsumsi minuman energi dan bersoda secara berlebihan. Minuman jenis ini sangat populer karena praktis serta memiliki rasa dan kemasan yang menarik. Kebiasaan ini mengubah pola hidup masyarakat, sehingga konsumsi air putih atau air mineral menjadi berkurang (Suban *and* Widani, 2024).

Mulai Januari 2022, Indonesia mencatat peningkatan kasus gagal ginjal akut (GGA), dengan jumlah yang melonjak menjadi 36 kasus pada Agustus dan kembali meningkat hingga mencapai 78 kasus pada bulan September (Salman *et al.*, 2023). Anak-anak menjadi kelompok yang paling terdampak, dengan tren kenaikan kasus yang signifikan selama dua bulan tersebut. Hingga 18 Oktober 2022, terdapat 189 kasus GGA pada anak usia 1 hingga 5 tahun. Gejala yang umum dialami meliputi demam, muntah, diare, batuk-pilek, serta penurunan atau bahkan hilangnya produksi urin. Kemudian, pada 24 Oktober 2022, Kementerian Kesehatan mengumumkan bahwa gangguan ginjal akut progresif atipikal atau *acute kidney injuries* (AKI) telah menjangkit 245 anak di 26 provinsi di seluruh Indonesia (Jundiah *et al.*, 2024).

Anak sekolah umumnya lebih banyak melakukan aktivitas fisik dibandingkan orang dewasa, menyebabkan mereka kehilangan cairan tubuh lebih banyak melalui pernapasan, pengeluaran keringat, dan ekskresi urin. Oleh sebab itu, penting bagi mereka untuk minum air putih secara teratur agar cairan yang hilang dapat terganti dan tidak terjadi dehidrasi. Namun, anak-anak sekolah saat ini cenderung kurang mengonsumsi air putih secara teratur dan lebih menyukai minuman lain, seperti susu, teh, sirup, atau minuman berwarna lainnya. Meskipun beberapa minuman, seperti susu, mengandung nilai gizi yang mendukung pertumbuhan, tetap tidak dapat menggantikan fungsi utama air putih. Membiasakan diri minum air putih tetap penting sebagai upaya dalam menjaga kesehatan dan mencegah risiko penyakit, seperti penyakit ginjal (Purnama *et al.*, 2024).

Minuman manis kekinian telah menjadi tren populer di kalangan anak-anak dan remaja Indonesia karena cita rasanya yang khas dan unik. Minuman ini umumnya mengandung kalori dan kadar gula yang cukup tinggi, serta lemak. Minuman manis dengan kandungan gula tambahan, yang dikenal juga sebagai *sugar-sweetened beverages* (SSB), merupakan salah satu sumber asupan gula tambahan yang berkontribusi terhadap peningkatan kalori, seperti minuman soda, jus buah, kopi, teh dengan tambahan gula, minuman berenergi, dan sejenisnya (Hanifah *et al.*, 2023).

Asupan gula tambahan pada anak sebaiknya di bawah pengawasan orang tua supaya jumlahnya tidak mencapai lebih dari 10% dari total kebutuhan kalori harian. Anak-anak usia 1 hingga 3 tahun dianjurkan memiliki asupan kurang dari 25 gram gula tambahan per hari berdasarkan pola makan 1.000 kalori. Sedangkan bagi orang dewasa dan anak-anak usia 4 tahun ke atas, asupan gula tambahan idealnya dibatasi hingga kurang dari 50 gram per hari dengan pola makan 2.000 kalori (FDA, 2023).

Satu kemasan minuman manis di Indonesia dengan ukuran 300-500 ml rata-rata berisi sekitar 37-54 gram gula per kemasan, jumlah yang melebihi batas anjuran konsumsi. Berdasarkan laporan dari lembaga riset pasar Euromonitor International tahun 2018, konsumsi minuman manis ringan di seluruh dunia jumlahnya mencapai 91,9 liter per kapita, terjadi kenaikan dibandingkan dengan tahun 2013, yaitu 84,1 liter (Fahria *and* Ruhana, 2022).

Konsumsi minuman manis yang mengandung gula dalam kadar tinggi telah terbukti memiliki hubungan langsung dengan peningkatan kejadian dan prevalensi penyakit ginjal. Fruktosa yang tersimpan pada jenis minuman manis dalam kadar yang tinggi dapat meningkatkan kadar asam urat dalam serum dan mempercepat terjadinya penyakit ginjal melalui mekanisme seperti produksi renin, gangguan pembuluh darah, dan pembentukan jaringan parut interstisial (Rebholz *et al.*, 2019).

SMPN 9 Kota Tasikmalaya adalah satuan pendidikan dengan jenjang SMP yang beralamat di Kahuripan, Kecamatan Tawang, Kota Tasikmalaya, Jawa Barat. Setelah melakukan studi pendahuluan, rata-rata siswa SMPN 9 Kota Tasikmalaya lebih memilih minuman manis untuk menghilangkan rasa hausnya dibandingkan air putih. Minuman manis tersebut mereka beli saat jam istirahat atau jika sudah waktu pulang. Minuman yang paling laris terjual di kantin sekolah yakni minuman serbuk merek Tea Jus. Selain minuman serbuk, jenis minuman manis yang laku disana yaitu es teh manis dan minuman manis berkemasan botol. Menurut salah satu penjual minuman di kantin sekolah, dalam satu hari hanya 20 botol air mineral yang terjual.

Didasarkan pada uraian di atas, penulis tertarik mengetahui gambaran kebiasaan minum air putih dan konsumsi minuman manis sebagai pencegahan gagal ginjal akut pada anak sekolah di SMPN 9 Kota Tasikmalaya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan dalam latar belakang diatas, maka penulis dapat merumuskan masalah penelitian sebagai berikut “Bagaimana gambaran kebiasaan minum air putih dan konsumsi minuman manis sebagai pencegahan gagal ginjal akut pada anak sekolah di SMPN 9 Kota Tasikmalaya?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini untuk mengetahui gambaran kebiasaan minum air putih dan konsumsi minuman manis sebagai pencegahan gagal ginjal akut pada anak sekolah di SMPN 9 Kota Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden anak sekolah di SMPN 9 Kota Tasikmalaya.
- b. Mengetahui gambaran kebiasaan minum air putih pada anak sekolah di SMPN 9 Kota Tasikmalaya.
- c. Mengetahui gambaran kebiasaan konsumsi minuman manis pada anak sekolah di SMPN 9 Kota Tasikmalaya.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi pada pengembangan ilmu pengetahuan dan penerapannya, terutama dalam bidang kesehatan dan gizi, sehingga dapat menjadi bahan kajian lebih lanjut bagi instansi dan peneliti terkait sebagai referensi bagi peneliti lain di bidang yang sama. Deskripsi mengenai kebiasaan minum air putih dan konsumsi minuman manis.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan kepada masyarakat, tenaga kesehatan, serta instansi SMPN 9 Kota Tasikmalaya terkait pentingnya kebiasaan minum air putih dan konsumsi minuman manis sebagai pencegahan gagal ginjal akut.