

## EDUKASI PENCEGAHAN GAGAL GINJAL PADA REMAJA

Rianti Nurpalah<sup>1\*</sup>, Hendro Kasmanto<sup>2</sup>, Annisa Nurhasanah<sup>1</sup>.

<sup>1</sup>Prodi D3 TLM, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bakti Tunas Husada.

<sup>2</sup>Prodi S1 ARS, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bakti Tunas Husada

\*Korespondensi: [riantinurpalah@universitas-bth.ac.id](mailto:riantinurpalah@universitas-bth.ac.id)

### ABSTRACT

*Kidney failure is a condition in which one or both kidneys do not function properly. In recent years, cases of kidney failure have increased and have attacked various ages, even teenagers and children are increasingly experiencing kidney failure and must undergo hemodialysis. Early detection and prevention of kidney failure is essential to reduce long-term adverse effects. Therefore, counseling about caring for the kidneys is carried out, one of which is to prevent kidney failure by increasing public knowledge, especially teenagers. The purpose of this counseling is to provide knowledge to the community, especially teenagers, so that they have sufficient knowledge about the kidneys so that they can prevent kidney failure from an early age. The counseling method is by presentation using powerpoint media regarding the importance of kidney function, factors that can cause kidney failure and how to prevent kidney failure. The activity begins with a pre-test and ends with a post-test to see the level of success of the counseling through increasing knowledge from respondents. The results of the counseling obtained all counseling participants had a post-test score with an average higher than the pre-test. Conclusion: There was an increase in knowledge about the kidneys among counseling participants, so it is hoped that they can change their behavior and apply their knowledge to everyday life in the community.*

**Keywords:** *Counseling; Kidney Failure; Adolescen*

### ABSTRAK

Gagal ginjal merupakan kondisi dimana satu atau kedua ginjal tidak berfungsi dengan baik. Beberapa tahun terakhir kasus gagal ginjal semakin meningkat dan menyerang berbagai usia, bahkan remaja dan anak-anak semakin banyak yang mengalami gagal ginjal serta harus menjalani proses hemodialisa. Deteksi dini dan pencegahan gagal ginjal sangat penting untuk mengurangi dampak buruk jangka panjang. Oleh karena itu penyuluhan mengenai ginjal ini dilakukan salah satunya untuk mencegah terjadinya penyakit gagal ginjal melalui peningkatan pengetahuan masyarakat khususnya para remaja. Tujuan dari penyuluhan ini adalah untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat khususnya remaja agar mereka mempunyai pengetahuan yang cukup mengenai ginjal sehingga mereka dapat melakukan pencegahan terjadinya gagal ginjal sejak dini. Metode penyuluhan dengan cara presentasi menggunakan media power point mengenai pentingnya fungsi ginjal, faktor yang dapat menyebabkan gagal ginjal serta cara mencegah terjadinya gagal ginjal. Kegiatan diawali dengan pre-test dan diakhiri dengan post-test untuk melihat tingkat keberhasilan penyuluhan melalui peningkatan pengetahuan dari responden. Hasil penyuluhan didapatkan seluruh peserta penyuluhan memiliki nilai post-test dengan rata-rata lebih tinggi dari pre-test. Kesimpulan : Terjadi peningkatan pengetahuan mengenai ginjal pada peserta penyuluhan, sehingga diharapkan dapat merubah perilaku dan menerapkan pengetahuan mereka pada kehidupan sehari-hari di masyarakat.

**Kata Kunci:** *Penyuluhan; Gagal Ginjal; Remaja;*

### PENDAHULUAN

Ginjal merupakan organ yang sangat vital dalam tubuh manusia, dengan fungsi utamanya untuk menyaring darah secara terus menerus dan mengeluarkan zat sisa yang berbahaya melalui urine. Selain itu ginjal juga berfungsi dalam pengaturan cairan tubuh, keseimbangan asam basa serta elektrolit tubuh dan juga memproduksi hormon yang berperan dalam pengendalian tekanan darah (Reaginta et al. 2022) (Amani et al. 2022). Maka dari itu masyarakat wajib memahami pentingnya fungsi ginjal melalui penyuluhan atau media informasi lainnya.

Gagal ginjal merupakan suatu penyakit dimana terjadi penurunan fungsi organ ginjal, penyakit ini dapat timbul akibat kerusakan pada proses filtrasi dan ekskresi dalam ginjal (Maghfiroh et al. 2023) (Crisanto

et al. 2022). Berdasarkan riskesdas tahun 2018, diketahui bahwa penyakit ginjal termasuk ke dalam penyakit tidak menular (PTM), yang merupakan penyakit kronis yang tidak dapat ditularkan dari individu ke individu lainnya. Prevalensi penyakit ginjal ini mengalami peningkatan dan menjadi penyebab kematian ke 10 di Indonesia (Reaginta et al. 2022). Penyakit ini dapat disebabkan oleh penyakit lain seperti anemia, hipertensi dan diabetes melitus (Shaleha et al. 2023).

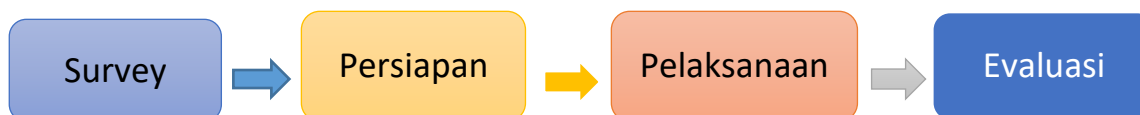
Peningkatan prevalensi dan insiden gagal ginjal kronis dapat terjadi karena beberapa faktor resiko. Beberapa faktor tersebut diantaranya adalah usia, riwayat keluarga dengan gagal ginjal, diabetes mellitus, penyakit jantung, anemia, hipertensi, obesitas serta penggunaan obat-obatan (Purqoti et al. 2023). Menurut data riskesdas tahun 2018 juga faktor utama gagal ginjal kronis meliputi hipertensi, obesitas dan diabetes melitus. Dengan demikian, selain masyarakat mengetahui fungsi ginjal, mereka juga harus terpapar informasi tentang berbagai penyakit yang dapat menjadi pencetus timbulnya gagal ginjal supaya dapat mencegahnya sedini mungkin.

Hipertensi, diabetes melitus dan obesitas merupakan faktor yang beresiko menyebabkan terjadinya penyakit ginjal. Hipertensi ini merupakan kenaikan tekanan darah baik sistolik maupun diastolik, dimana tekanan darah yang tinggi akan meningkatkan resiko terjadinya komplikasi (Fitriah et al. 2023) (Telaumbanua and Rahayu 2021). Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang terjadi karena pankreas tidak menghasilkan cukup insulin, atau tidak secara efektif menggunakan insulin yang dihasilkannya (Ardila et al. 2024). Penyakit diabetes merupakan permasalahan kesehatan masyarakat, yang seringkali tidak terdeteksi. Onset atau mulai terjadinya penyakit diabetes sekitar tujuh tahun sebelum diagnosa ditegakkan. Faktor berikutnya Obesitas yang memiliki kontribusi penting terhadap kejadian penyakit tidak menular seperti diabetes melitus, dimana terjadinya peningkatan obesitas di seluruh dunia memiliki dampak penting pada gangguan kesehatan dan penurunan kualitas hidup, prevalensinya meningkat dengan cepat karena perubahan gaya hidup konsumsi tinggi kalori (Sulistiyowati et al. 2024) (Dianah et al. 2022). Menghindari beberapa masalah ini di Indonesia dilakukan dengan menambah tingkat kesadaran masyarakat dalam membuat perubahan gaya hidup yang lebih sehat (Telaumbanua and Rahayu 2021) (Umah, Zahroh, and Kinarti 2023) (Wido Mukti et al. 2021).

Berdasarkan uraian tersebut diatas, maka penting penting bagi remaja untuk mengadopsi gaya hidup aktif dan berpartisipasi dalam aktivitas fisik secara teratur untuk mencegah terjadinya penyakit tidak menular yang menjadi faktor resiko terjadinya gagal ginjal (Syaripudin and Purbasari 2023). Maka pada pengabdian masyarakat kali ini dilakukan peningkatan kesadaran masyarakat dalam memperbaiki pola hidup sehingga dapat melakukan pencegahan terjadinya beberapa penyakit yang menjadi faktor resiko terjadinya gagal ginjal, yang dilakukan melalui penyuluhan yang bertemakan “Sayangi Ginjal Anda” pada sekelompok masyarakat yang sebagian besar terdiri dari usia remaja.

## METODE

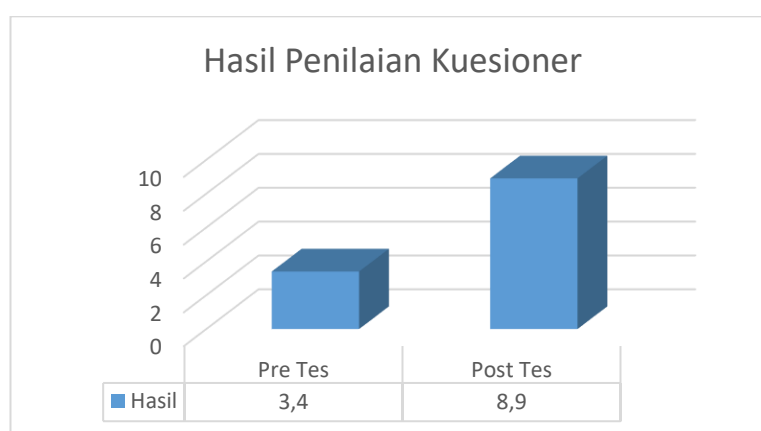
Pengabdian masyarakat kali ini mengambil tema sayangi ginjal anda, dengan cara memberikan penyuluhan menyampaikan informasi kepada masyarakat dengan bantuan power point presentasi, dan pengisian kuesioner. Peserta terdiri dari sekelompok masyarakat dengan kriteria merupakan remaja dan usia muda rentang usia 18 – 30 tahun, dimana kelompok tersebut merupakan mahasiswa dan mahasiswi yang tinggal di tempat kos yang sebagian besar mempunyai pola hidup kurang teratur. Kuesioner diberikan dua kali yaitu di awal sebelum penyuluhan tersebut dilaksanakan. Hal ini dimaksudkan untuk dapat menilai apakah terdapat peningkatan pengetahuan dari peserta penyuluhan tersebut. Secara garis besar tahapan kegiatan yang dilaksanakan adalah sebagai berikut :



Pada tahapan survey dilakukan analisis dan diskusi mengenai tema yang dibutuhkan saat ini oleh masyarakat. Persiapan penyuluhan meliputi pembuatan materi, penyusunan kuesioner serta menentukan teknis penyampaian penyuluhan. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan beberapa tahapan yaitu pengisian kuesioner di awal, yang dilanjutkan dengan pemberian materi, setelah itu dilakukan pengisian kuesioner pasca penyuluhan. Evaluasi dilakukan dengan menganalisis data hasil penilaian kuesioner sehingga dapat diketahui seberapa besar peningkatan pengetahuan peserta penyuluhan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dalam bentuk penyuluhan tentang ginjal yang meliputi fungsi utama ginjal, faktor yang dapat menyebabkan penyakit ginjal serta cara pencegahan penyakit ginjal. Pre-test dan pos-test yang telah dilakukan menggambarkan kenaikan tingkat pengetahuan dari peserta, secara jelas dapat dilihat pada grafik berikut ini :



**Gambar 1.** Grafik Hasil Penilaian Kuesioner

Menurut Sistem Kesehatan Nasional, tanggung jawab kesehatan wajib dimiliki oleh setiap elemen, tentunya yang paling utama oleh masyarakat luas dan pemberian edukasi oleh tenaga kesehatan (Shaleha et al. 2023). Hasil penyuluhan memperlihatkan kenaikan yang signifikan dimana rata-rata nilai sebelum adalah 3,4 sedangkan rata-rata nilai sesudah penyuluhan sebesar 8,9.

Nilai kuesioner tersebut diolah dengan menggunakan SPSS (IBM SPSS Statistic 20), untuk melihat signifikansi dari kenaikan nilainya, didapat hasil sebagai berikut :

**Tabel 1.** Uji Beda Nilai Pretest dan Posttest

Parameter	N	P (Value)
Pretest terhadap posttest	15	0.000

Pada tabel tersebut dapat terlihat bahwa nilai pretest dan posttest berbeda secara signifikan dengan nilai value 0.000. Hal ini menunjukkan terdapat peningkatan yang signifikan dari pengetahuan para peserta penyuluhan. Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan adalah dengan memberikan penyuluhan atau pelatihan sebagai sarana pemberian pendidikan. Penyuluhan merupakan suatu metoda yang banyak dipakai dalam upaya meningkatkan tingkat pengetahuan. Penyuluhan merupakan proses menyampaikan informasi dan pengetahuan kepada individu atau kelompok dengan tujuan meningkatkan pemahaman mereka tentang

topik tertentu (Manalu et al. 2023).

Perilaku yang didasari oleh pengetahuan dapat bersifat langgeng, apalagi jika pengetahuan yang diberikan sampai tahap penerapan (Purwaningrum, Rini, and Saurina 2018). Pada penyuluhan yang telah dilakukan untuk sekelompok remaja ini terjadi peningkatan tingkat pengetahuan yang cukup signifikan, diharapkan peserta dapat juga memahami dan menerapkan pengetahuan tersebut pada perilaku sehari-hari, sehingga hal ini akan sangat berdampak pada pola hidup yang akan dijalankan. Dengan demikian di masa yang akan datang akan berpengaruh juga pada tingkat kesehatan para peserta penyuluhan yang diharapkan dapat memperbaiki juga tingkat kesehatannya, khususnya yang berkaitan dengan pencegahan terjadinya gangguan pada organ ginjal.

## SIMPULAN

Pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan dalam bentuk penyuluhan ini didapatkan hasil yang baik yaitu berupa peningkatan tingkat pengetahuan dari peserta yang secara signifikan berbeda antara sebelum dengan sesudah mengikuti penyuluhan, diharapkan peserta dapat mengimplementasikan pengetahuannya pada diri sendiri dan menyebarkan pada masyarakat di sekitarnya. Hal ini akan sangat membantu dalam upaya pencegahan terjadinya penyakit gagal ginjal yang merupakan salah satu jenis penyakit tidak menular dimana upaya preventifnya dapat dilakukan dengan meningkatkan tingkat pengetahuan masyarakat.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas BTH yang telah mensupport terlaksananya kegiatan. Serta terima kasih kami ucapkan juga untuk program studi dan mahasiswa D3 TLM yang telah membantu berjalannya kegiatan dengan sukses dan lancar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amani, Patwa, Donna Andriani, Mustika Anggiani Putri, and Yudhisman Imran. 2022. “Penyuluhan Risiko Penyakit Ginjal Kronis Pada Pasien Hipertensi Prolanis Putewa Jawa Timur.” *Jurnal Kreativitas PKM* 5, no. 1: 3287–95.
- Ardila, Mita, Dwi Tiva Widyanti S. Humolungo, Danang Prasetyaning Amukti, and Akrom Akrom. 2024. “Promosi Kesehatan Pencegahan Dan Pengendalian Diabetes Melitus Pada Remaja.” *Jurnal Abdimas Indonesia* 4, no. 2: 534–40. <https://doi.org/10.53769/jai.v4i2.729>.
- Crisanto, Eka Yudha, Djunizar Djamaludin, Rika Yulendasari, Rita Purnama, Triyono Triyono, and Umsani Umsani. 2022. “Penyuluhan Kesehatan Tentang Perilaku Sehat Pasien Gagal Ginjal Kronik (GGK).” *JOURNAL OF Public Health Concerns* 2, no. 2: 65–69. <https://doi.org/10.56922/phc.v2i2.187>.
- Dianah, Rosyda, Endah Ayu Andari, Elvira Anjani Putri, Cahya Chita Dwinanti, and Diassyifa Naqwa Nafisah. 2022. “Penyuluhan Cara Mencegah Obesitas Pada Remaja Dengan Pola Makan Yang Sehat.” *Jurnal Abdimas ADPI Sains Dan Teknologi* 3, no. 3: 41–50. <https://doi.org/10.47841/saintek.v3i3.220>.
- Fitrihanah, Fia, Mega Rahmawati Sucipto, Fadiya Nursuci Sekardi, Cahya Wulandari, Lulu Zalianti Masfuah, Silvia Nur Aiyanti, and Mifbakhuddin. 2023. “Penyuluhan Hipertensi Dan Pemeriksaan Tekanan Darah Pada Remaja.” *Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia* 2, no. 4: 6–10. <https://doi.org/10.26714/jipmi.v2i4.121>.
- Maghfiroh, Adzkie Avisena, Chandrayani Simanjorang, Arimbi Prashintya Simawang, Lintang Tyas Pramesti, and Riswandy Wasir. 2023. “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gagal Ginjal Akut Pada Anak: A Literature Review.” *Prepotif Jurnal Kesehatan Masyarakat* 7, no. 1: 41–51.
- Manalu, Sarah Patumona, Novrida Harpah Hasibuan, Yasmine Anggia Sari, and Ade Citra Nadhira. 2023. “Penyuluhan Hipertensi Di Desa Perkebunan Tanjung Kasau Kabupaten Batu Bara.” *Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 5, no. 4: 1430. <https://doi.org/10.20527/btjpm.v5i4.9472>.

- Purqoti, Dewi Nur, Zaenal Arifin, Baiq Rulli Fatmawati, Ilham Ilham, Istianah Istianah, and Hapipah Hapipah. 2023. “Upaya Pengenalan Faktor Risiko Dan Pencegahan Gagal Ginjal Kronis.” *LOSARI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 5, no. 1: 6–10. <https://doi.org/10.53860/losari.v5i1.118>.
- Purwaningrum, Sri Wulan, Titien Setyo Rini, and Nia Saurina. 2018. “Hubungan Tingkat Pengetahuan, Sikap Dengan Perilaku Warga Dalam Pemenuhan Komponen Rumah Sehat.” *Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat* 12, no. 1: 53–59. <https://www.neliti.com/id/publications/498284/hubungan-tingkat-pengetahuan-sikap-dengan-perilaku-warga-dalam-pemenuhan-kompone>.
- Reaginta, Teresya, Muhamad Ardi Afriansyah, Stalis Ethica, and Agnes Rizka Widyana. 2022. “Sosialisasi Pencegahan Penyakit Ginjal Kronik Pada Kelompok Remaja : Sebuah Kewaspadaan Dini Penyakit Ginjal.” *Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia* 1, no. 4: 1–4. <https://doi.org/10.1155/2019/7828406>.
- Shaleha, Resha Resmawati, Anna Yuliana, Saeful Amin, Anisa Pebiansyah, Dichy Nuryadin Zain, Taufik Hidayat, and Ilham Alifiar. 2023. “Penyuluhan Penyakit Gagal Ginjal Kronik Di Puskesmas Ranchah Kabupaten Ciamis.” *To Maega: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 6, no. 3: 512. <https://doi.org/10.35914/tomaega.v6i3.1867>.
- Sulistiyowati, Dwi, Rita Benya Adriani, Politeknik Kesehatan, and Kemenkes Surakarta. 2024. “Penyuluhan Tatalaksana Dan Pencegahan Obesitas Pada Anak Dan Remaja” 3: 55–60. <https://doi.org/10.55080/jim.v3i2.1010>.
- Syaripudin, Ahmad, and Dwiyanti Purbasari. 2023. “Penyuluhan Aktifitas Fisik Dalam Mencegah Penyakit Diabetes Melitus Pada Remaja.” *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)* 6, no. 10: 4031–40. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i10.11479>.
- Telaumbanua, Arniat Christiani, and Yanti Rahayu. 2021. “Penyuluhan Dan Edukasi Tentang Penyakit Hipertensi.” *Jurnal Abdimas Sainatika* 3, no. 1: 119. <https://doi.org/10.30633/jas.v3i1.1069>.
- Umah, Khoiroh, Roihatul Zahroh, and Yuli Melli Kinarti. 2023. “Penyuluhan Hipertensi Pada Lansia Sebagai Upaya Mencegah Dan Pengendalian Hipertensi Di Posyandu Lansia Di Desa Suci Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik.” *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Nusantara* 1, no. 2: 2986–3163. <https://nafatimahpustaka.org/pengmas/>.
- Wido Mukti, Asri, Ira Purbosari, Iak Pramushinta, and Adi Buana. 2021. “Penyuluhan Kesehatan Diabetes Mellitus Pada Remaja Di SMK Farmasi Sehat Insan Perjuangan Jombang,” 89–94. <https://snhrp.unipasby.ac.id/prosiding/index.php/snhrp/article/download/251/211>.