

PENCEGAHAN GAGAL GINJAL KRONIS

Gladis Ratuliu¹, Yosephina Martha Migau²
Fakultas Keperawatan, Universitas Katolik De La Salle Manado
E-mail gratuliu@unikadelasalle.ac.id

ABSTRAK

Penyakit gagal ginjal kronis merupakan suatu kondisi penyakit yang tidak dapat diubah dan memerlukan penanganan seumur hidup. Sehingga, dalam jangka panjang, penyakit ini dapat mempengaruhi penderita dan keluar dalam aspek sosial dan ekonomi. Maka, dipandang perlu dilakukan pendidikan kesehatan berupa pencegahan gagal ginjal kronis untuk dapat meningkatkan kesehatan masyarakat dan menekan laju perkembangan kerusakan organ ginjal. Kegiatan ini dilaksanakan di Puskesmas Kombos, Kota Manado. Target dari kegiatan ini adalah seluruh masyarakat dewasa dan lansia yang berkunjung di Puskesmas Kombos, sejumlah 16 orang. Metode kegiatan adalah dengan memberikan ceramah kelompok kecil dan individu, serta tanya jawab sebagai evaluasi. Peserta tampak antusias dalam mendengarkan ceramah dan aktif mengajukan pertanyaan lanjutan.

Kata Kunci: Gagal Ginjal Kronis, Kesehatan Ginjal, Pencegahan, Promosi Kesehatan

ABSTRACT

Chronic kidney failure is an irreversible disease condition that requires lifelong treatment. Thus, in the long run, this disease can affect patients and their families in social and economic aspects. So, it is deemed necessary to conduct health education in the form of prevention of chronic renal failure to be able to improve public health and reduce the rate of development of kidney organ damage. This activity was carried out at Puskesmas Kombos, Manado City. The target of this activity is all adults and elderly people who visit the Kombos Health Center, a total of 16 people. The method of the activity was to provide small group and individual lectures, as well as questions and answers as an evaluation. Participants seemed enthusiastic in listening to the lecture and actively asked follow-up questions.

Keywords: Chronic Renal Failure, Kidney Health. Prevention, Health Promotion

PENDAHULUAN

Menurut Kemenkes (2022) gagal ginjal kronik adalah kerusakan ginjal baik struktur dan atau fungsinya yang berlangsung selama 3 bulan atau lebih [1]. Pada gagal ginjal kronis fungsi ginjal menurun secara bertahap dan tidak dapat pulih yang terjadi karena kerusakan pada nefron, unit penyaring darah di ginjal dan

menyebabkan ginjal kehilangan kemampuannya untuk menjalankan fungsi normalnya sehingga, tubuh tidak dapat menjaga keseimbangan cairan, elektrolit, serta membuang limbah metabolisme secara efektif [2], [3].

Aspek sosial ekonomi memiliki dampak yang signifikan bagi penderita GJK berupa tingginya biaya pengobatan, terutama untuk dialisis atau transplantasi, sering kali menjadi

beban finansial yang berat bagi pasien dan keluarganya. Kualitas hidup yang menurun akibat keterbatasan aktivitas dan tekanan emosional juga berpengaruh pada produktivitas individu. Akibatnya, banyak pasien terpaksa menghentikan pekerjaan atau mengurangi jam kerja, yang pada gilirannya mengurangi pendapatan keluarga. Di tingkat yang lebih luas, peningkatan jumlah pasien GJK dapat membebani sistem kesehatan dan menurunkan produktivitas tenaga kerja, sehingga berdampak negatif pada perekonomian negara [4], [5].

Pada tahun 2022, terdapat >10% populasi umum di seluruh dunia, yang berjumlah >800 juta orang di dunia. Sedangkan di Indonesia data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018, diperkirakan sekitar 739.208 orang di Indonesia menderita gagal ginjal kronis. Angka ini setara dengan sekitar 3,8% dari total populasi [6], [7]. Sedangkan pada tahun 2023 terdapat peningkatan kasus gagal ginjal kronis menjadi 1,5 juta penderita [8]. Biaya perawatan gagal ginjal mencapai 2,92 triliun rupiah dan diperkirakan akan meningkat apabila kejadian gagal ginjal terus meningkat setiap tahunnya. Berdasarkan data tersebut, maka dipandang perlu untuk dilaksanakan pemberian pendidikan kesehatan mengenai pencegahan gagal ginjal pada masyarakat untuk menjaga kesehatan ginjal dan mencegah perburukkan ginjal di Puskesmas Kombos, Kota Manado guna membantu pemerintah dalam menekan angka kejadian GJK dan jumlah pengeluaran dalam perawatan GJK.

METODE

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dilaksanakan di Puskesmas Kombos dengan target seluruh masyarakat yang ada di Puskesmas Kombos pada hari Rabu, 11 November 2024, dari pukul 08:00 WITA sampai pukul 12:00 WITA. Materi pendidikan kesehatan yang diberikan adalah mengenai Pencegahan Gagal Ginjal kronis dengan metode pemberian materi ceramah dengan bantuan media berupa *liflet* dan *power point presentation*. Kegiatan dibuka dengan menggali pengetahuan peserta mengenai gagal ginjal kronis; mengenai pemahaman masyarakat mengenai gagal ginjal kronis, penyebab dan cara pencegahan untuk mengevaluasi pemahaman masyarakat sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan dan diakhiri dengan memberikan kesempatan untuk tanya jawab.

RESULTS

Pengabdian kepada Masyarakat ini dapat berjalan dengan baik, meskipun Masyarakat yang datang ke Puskesmas Kombos jumlahnya terbatas dikarenakan bertepatan dengan hari pelaksanaan Posyandu yang dilaksanakan jauh dari Puskesmas. Kegiatan ini diikuti oleh 16 orang Masyarakat dewasa dan lanjut usia, 6 orang karyawan Puskesmas, 1 orang dosen dan 19 orang mahasiswa. Pada awal pemberian Pendidikan kesehatan, Masyarakat hanya dapat menyebutkan satu penyebab gagal ginjal kronis dan pencegahannya. Satu orang Masyarakat yang hadir mampu menyebutkan beberapa penyebab dikarenakan ada

anggota keluarga yang sudah mengalami gagal ginjal kronis.



Gambar 1. Pelaksanaan Pendidikan Kesehatan

Peserta terlihat antusias dalam proses pemberian pendidikan kesehatan, peserta juga terlibat dalam diskusi, dengan menanyakan pertanyaan disela-sela pemberian pendidikan kesehatan. Pertanyaan yang ditanyakan antara lain untuk mengonfirmasi salah satu faktor risiko penyakit Gagal Ginjal Kronis adalah penyakit kronis seperti hipertensi, diabetes melitus dan asam urat, dan cara pencegahan penyakit gagal ginjal kronis.



Gambar 2. Penyuluhan Kesehatan kepada Individu/Kelompok Kecil

Setelah pemberian Pendidikan Kesehatan, Masyarakat dapat menyebutkan penyebab dan faktor risiko gagal ginjal kronis terutama pada penyakit kronis seperti hipertensi, diabetes melitus, dan asam urat yang tinggi. Setelah menjawab pertanyaan

dari tim, peserta diberikan kesempatan untuk bertanya dan berdiskusi dengan tim. Pertanyaan yang ditanyakan antara lain: apakah penyakit gagal ginjal kronis dapat disembuhkan? Apakah penderita gagal ginjal kronis wajib menjalani terapi cuci darah? Selain itu, peserta juga berbagi pengalaman pribadi mulai dari saat di diagnosa dengan penyakit kronis, pengalaman konsultasi dan berobat untuk penyakit kronis, dan pengalaman menjaga anggota keluarga dengan penyakit gagal ginjal kronis. Peserta lansia juga mengatakan akan rutin melakukan pemeriksaan kesehatan di Puskesmas dan datang mengambil obat kronis di Puskesmas serta patuh mengonsumsi obat kronis yang diberikan.

CONCLUSION

Dari kegiatan ini, dapat disimpulkan bahwa: pengetahuan peserta mengenai pencegahan gagal ginjal kronis meningkat setelah diberikan pendidikan Kesehatan, terjadinya peningkatan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan ginjal yang dapat dilihat saat peserta mengatakan akan rajin ke Puskesmas untuk mengontrol kesehatan dan mengambil “obat kronis”, dan pencegahan terjadinya gagal ginjal kronis pada individu yang berisiko merupakan kegiatan jangka panjang yang berkesinambungan.

Sehingga disarankan akan perlunya pelaksanaan kegiatan pendidikan kesehatan secara berkala guna memperkuat pemahaman masyarakat, pengembangan materi pendidikan kesehatan untuk kelompok usia seperti lansia, bekerja sama dengan Puskesmas untuk melakukan pemeriksaan kesehatan seperti pemeriksaan

fungsi ginjal rutin untuk deteksi dini masalah pada ginjal bagi individu yang berisiko guna mencegah terjadinya gagal ginjal kronis.

PUSTAKA

- [1] KEMENKES RI, “Gagal Ginjal Kronik dan Penyebabnya,” 2022. [Online]. Available: https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/582/gagal-ginjal-kronik-dan-penyebabnya
- [2] Y. R. Pasaribu, S. S. J. Rompas, and R. M. Kundre, “Perbedaan Tekanan Darah pada Pasien CKD Sebelum dan Setelah Hemodialisis di Ruang Hemodialisa RS Swasta di Sulawesi Utara,” *J. Keperawatan*, vol. 9, no. 1, pp. 56–62, Feb. 2021.
- [3] T. Arisandy and P. Carolina, “Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik (GGK) yang Menjalani Terapi Hemodialisa,” *J. Surya Med. JSM*, vol. 9, no. 3, 2023, doi: <https://doi.org/10.33084/jsm.v9i3.6463>.
- [4] National Kidney Foundation, “Global Facts: About Kidney Disease.” [Online]. Available: <https://www.kidney.org/global-facts-about-kidney-disease>
- [5] R. L. Morton *et al.*, “Impact of CKD on Household Income,” *Natl. Libr. Med.*, vol. 3, no. 3, pp. 610–618, Desember 2017, doi: <https://doi.org/10.1016/j.ekir.2017.12.008>.
- [6] RISKESDAS, *Laporan Nasional RISKESDAS 2018*. 2018. [Online]. Available: https://dinkes.babelprov.go.id/sites/default/files/dokumen/bank_data/20181228%20-%20Laporan%20Riskasdas%202018%20Nasional-1.pdf
- [7] R. Salsabilla, “Data Kemenkes: Lebih dari 700 Ribu orang RI Menderita Ginjal Kronis,” Jan. 16, 2024. Accessed: Nov. 04, 2024. [Online]. Available: <https://www.cnbcindonesia.com/lifestyle/20240116111340-33-506206/data-kemenkes-lebih-dari-700-ribu-orang-ri-menderita-ginjal-kronis>
- [8] setdagk, “14 Maret Hari Ginjal Sedunia (HGS),” 2024. [Online]. Available: <https://setda.gunungkidulkab.go.id/2024/03/14/14-maret-peringatan-hari-ginjal-sedunia-hgs/#:~:text=Menurut%20Kemenkes%20penderita%20penyakit%20ginjal,tahunnya%20karena%20meningkatnya%20jumlah%20penderita.>