

Penyuluhan Kesehatan dalam Rangka Hari Ginjal Sedunia Tahun 2025

"Deteksi Dini, Menjaga Kesehatan Ginjal"

Elvi Fitraneti¹, Lidia Dewi¹, Boy Hutaperi¹, Abdul Raziq Jamil², Jon Hadi^{2*}

¹. Departemen Ilmu Penyakit Dalam, Fakultas Kedokteran, Universitas Baiturrahmah, Padang, Indonesia.

². Departemen Ilmu Bedah, Fakultas Kedokteran, Universitas Baiturrahmah, Padang, Indonesia.

Email : jonhadi@fk.unbrah.ac.id

Abstrak

Hari Ginjal Sedunia tahun 2025 mengusung tema “*Deteksi Dini, Menjaga Kesehatan Ginjal*” yang menekankan pentingnya peningkatan kesadaran masyarakat mengenai kesehatan ginjal serta pencegahan penyakit ginjal kronis (PGK). Program penyuluhan kesehatan ini bertujuan memberikan informasi yang tepat mengenai faktor risiko, tanda awal, serta langkah pencegahan gangguan ginjal melalui ceramah, diskusi interaktif, dan pemeriksaan kesehatan. Sasaran kegiatan adalah masyarakat umum, khususnya kelompok berisiko tinggi seperti lansia, penderita hipertensi, diabetes, maupun individu dengan riwayat keluarga penyakit ginjal. Metode yang digunakan meliputi penyampaian materi, sesi tanya jawab, serta pembagian media edukasi untuk meningkatkan pemahaman dan mendorong perubahan gaya hidup sehat. Melalui deteksi dini dan tindakan pencegahan, diharapkan angka kejadian PGK dapat ditekan, hasil pengobatan ditingkatkan, dan kualitas hidup tetap terjaga. Kegiatan ini menegaskan peran penyuluhan kesehatan sebagai upaya preventif sekaligus langkah nyata dalam mendukung gerakan global menjaga kesehatan ginjal.

Kata Kunci: Hari Ginjal Sedunia, deteksi dini, kesehatan ginjal, penyakit ginjal kronis, penyuluhan kesehatan, pencegahan

Abstract

World Kidney Day 2025 carries the theme “Early Detection, Preserving Kidney Health”, emphasizing the importance of raising public awareness about kidney health and the prevention of chronic kidney disease (CKD). This health education program aims to provide accurate information regarding risk factors, early signs, and preventive measures for kidney disorders through counseling sessions, interactive discussions, and health screenings. The activity targets the general community, particularly high-risk groups such as the elderly, individuals with hypertension, diabetes, or a family history of kidney disease. The method applied includes lectures, question-and-answer sessions, and distribution of educational materials to enhance understanding and encourage lifestyle changes. Through early detection and preventive action, it is expected that the incidence of CKD can be reduced, treatment outcomes improved, and quality of life maintained. This program highlights the role of health education as a preventive measure and as a concrete effort to support the global movement in maintaining kidney health.

Keywords: World Kidney Day, early detection, kidney health, chronic kidney disease, health education, prevention

1. PENDAHULUAN

Ginjal merupakan organ vital yang berperan penting dalam menyaring darah, mengatur keseimbangan cairan, serta membuang zat sisa metabolisme tubuh(1). Gangguan fungsi ginjal dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan serius, termasuk penyakit ginjal kronis (PGK) yang menjadi salah satu masalah kesehatan global dengan angka kejadian yang terus meningkat (2,3) Menurut data organisasi kesehatan dunia (WHO) dan International Society of Nephrology (ISN), prevalensi PGK diperkirakan mencapai 10% dari populasi dunia, dan banyak kasus baru ditemukan pada stadium lanjut karena kurangnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya deteksi dini.(4,5)

Hari Ginjal Sedunia yang diperingati setiap tahun merupakan momentum penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap kesehatan ginjal serta mendorong upaya pencegahan dan pengendalian penyakit ginjal. Pada tahun 2025, tema “Deteksi Dini, Menjaga Kesehatan Ginjal” dipilih untuk menekankan pentingnya mengenali faktor risiko dan tanda awal penyakit ginjal sejak dini. Dengan deteksi dini, masyarakat dapat segera melakukan langkah pencegahan maupun penanganan yang tepat sebelum kondisi ginjal semakin memburuk.

Penyuluhan kesehatan dalam rangka Hari Ginjal Sedunia ini bertujuan memberikan pengetahuan kepada masyarakat mengenai cara menjaga kesehatan ginjal, faktor risiko yang perlu diwaspadai, serta langkah-langkah sederhana yang dapat dilakukan sehari-hari, seperti menjaga pola makan sehat, mengendalikan tekanan darah, rutin berolahraga, dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Melalui kegiatan ini diharapkan masyarakat lebih peduli terhadap kesehatan ginjal, mampu menerapkan gaya hidup sehat, serta mendukung upaya pencegahan penyakit ginjal kronis secara berkelanjutan.

2. METODE KEGIATAN

2.1 Solusi yang ditawarkan

Memberikan edukasi, diskusi tanya jawab, serta media visual yang mudah dimengerti untuk meningkatkan pemahaman peserta tentang Penyakit Ginjal

2.2 Mekanisme Pelaksanaan kegiatan

Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan :

2.2.1 Persiapan tim pengabdian

2.2.1.1 Briefing tim dan pembagian tugas

2.2.1.2 Menyerahkan surat kerja sama mitra

2.2.1.3 Menentukan tanggal penyuluhan

2.2.2 Pelaksanaan

2.2.2.1 Pelaksanaan pengabdian pada tanggal 13 Maret 2025 pada pukul 08.15 WIB s/d selesai

2.2.2.2 Peserta penyuluhan: Pasien tunggu Poliklinik Rawat Jalan

3. HASIL DAN DISKUSI

Kegiatan penyuluhan kesehatan dalam rangka Hari Ginjal Sedunia Tahun 2025 berhasil dilaksanakan dengan partisipasi masyarakat yang cukup tinggi. Peserta yang hadir terdiri dari berbagai kelompok usia, terutama lansia, penderita hipertensi, diabetes, serta masyarakat umum yang peduli terhadap kesehatan ginjal.

Hasil Kegiatan

1. Peningkatan Pengetahuan

Berdasarkan evaluasi melalui pre-test dan post-test sederhana, terjadi peningkatan pemahaman peserta mengenai fungsi ginjal, faktor risiko penyakit ginjal kronis (PGK), serta pentingnya deteksi dini. Peserta mampu menyebutkan langkah-langkah pencegahan, seperti menjaga pola makan sehat, mengurangi konsumsi garam, menghindari rokok, serta melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala.

2. Partisipasi dalam Diskusi Interaktif

Peserta aktif mengajukan pertanyaan terkait gejala awal penyakit ginjal, cara pengendalian tekanan darah, serta hubungan antara diabetes dan risiko PGK. Hal ini menunjukkan adanya antusiasme serta kebutuhan informasi yang tinggi.

3. Hasil Pemeriksaan Kesehatan

Dari kegiatan screening sederhana, ditemukan beberapa peserta dengan tekanan darah tinggi dan kadar gula darah di atas normal. Peserta tersebut kemudian diberikan edukasi tambahan dan dianjurkan untuk melakukan pemeriksaan lanjutan di fasilitas kesehatan.

4. Distribusi Media Edukasi

Leaflet dan buku saku yang dibagikan mendapat respon positif. Peserta menilai materi mudah dipahami dan bermanfaat sebagai panduan menjaga kesehatan ginjal di rumah.

Diskusi

Kegiatan ini menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan berbasis edukasi interaktif dan deteksi dini sangat efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai kesehatan ginjal (6-8). Deteksi dini melalui pemeriksaan sederhana mampu mengidentifikasi faktor risiko yang sebelumnya tidak disadari oleh peserta. Hal ini sejalan dengan tujuan global Hari Ginjal Sedunia, yaitu mengurangi beban penyakit ginjal melalui pencegahan, edukasi, dan perawatan sejak dini.(9-10)

Namun, masih ditemukan tantangan berupa keterbatasan waktu untuk menjawab semua pertanyaan peserta dan keterbatasan alat pemeriksaan untuk jumlah peserta yang banyak. Oleh karena itu, kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkesinambungan dengan dukungan fasilitas yang lebih memadai serta melibatkan berbagai pihak, termasuk tenaga kesehatan, kader masyarakat, dan institusi pendidikan (11-13).

4. KESIMPULAN

Peringatan Hari Ginjal Sedunia merupakan momentum penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan ginjal. Melalui kegiatan penyuluhan yang telah dilaksanakan, peserta mendapatkan pemahaman lebih mengenai fungsi ginjal, faktor risiko penyakit ginjal, serta langkah-langkah pencegahan yang dapat dilakukan melalui pola hidup sehat, seperti konsumsi air putih yang cukup, pengendalian tekanan darah dan gula darah, serta pemeriksaan kesehatan secara berkala. Penyuluhan ini juga memberikan informasi terkait deteksi dini dan penanganan penyakit ginjal agar komplikasi dapat dicegah sedini mungkin. Secara umum, kegiatan ini berhasil menambah pengetahuan dan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya menjaga kesehatan ginjal.

DAFTAR PUSTAKA

- [1]. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Pedoman Hari Ginjal Sedunia. Jakarta: Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit.
- [2]. World Kidney Day. (2024). Kidney Health for All – Preparing for the Unexpected, Supporting the Vulnerable. Diakses dari <https://www.worldkidneyday.org>
- [3]. Indonesian Renal Registry. (2022). Laporan Registri Penyakit Ginjal Kronik di Indonesia Tahun 2022. Perhimpunan Nefrologi Indonesia (PERNEFRI).
- [4]. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2022. Jakarta: Kemenkes RI.
- [5]. Nugroho, H. (2021). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- [6]. Smeltzer, S. C., & Bare, B. G. (2019). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah: Brunner & Suddarth. Jakarta: EGC.
- [7]. PERNEFRI. (2023). Panduan Deteksi Dini Penyakit Ginjal Kronik. Jakarta: Perhimpunan Nefrologi Indonesia.
- [8]. Bila, S. ., Evra, N. N. ., Putri, A. M. ., & Anggraini, D. (2025). Hubungan Antara Anemia dan Fungsi Ginjal pada Pasien dengan Penyakit Ginjal Kronis. Scientific Journal, 4(1), 06–14. <https://doi.org/10.56260/sciENA.v4i1.186>
- [9]. Putri, C. M. P., Mahatma, G., Oktora, M. Z., & Anggraini, D. (2025). Karakteristik Penderita

- Diabetes Melitus Tipe 2 Dengan Komplikasi Nefropati Diabetik di RSUP Dr. M. Djamil Padang. *Scientific Journal*, 4(3), 218-226.
- [10]. Anggraini, D., Malik, R., Lastari, L., & Oktora, M. Z. (2025). DETEKSI DINI FUNGSI GINJAL BERBASIS MASYARAKAT UNTUK PASIEN DM DI RSI SITI RAHMAH. *Jurnal Pengabdian Kolaborasi dan Inovasi IPTEKS*, 3(4), 933-937.
- [11]. Anggraini, D., & Adelin, P. (2023). Langkah Awal Mengenal Penyakit Ginjal Kronis pada Lansia di Kota Padang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan (JURABDIKES)*, 1(1), 01-04.
- [12]. Anggraini, D. (2022). Aspek klinis dan pemeriksaan laboratorium penyakit ginjal kronik. *An-Nadaa: Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 9(2), 236-239.
- [13]. Anggraini, D., & Adelin, P. (2023). Correlation between Anthropometric Measurement and Kidney Function in the Elderly to Detection of Chronic Kidney Disease. *Indonesian journal of clinical pathology and medical laboratory*, 29(3), 245-249.