

## Penyuluhan Pentingnya Pengetahuan Menjaga Kesehatan Ginjal Masyarakat di Stadion Utama Riau

**Gressy Novita\*, Melzi Octaviani, Rahma Dona, Silvana Anggraeni, Ahmad Faisal Kasnaldi, Aqila Rifdah Jonang, Kinanti Bahy Khairiah, Mayang Utari, Nadia Ayu Sasnita, Nova Novita, Novita Sari, Rizki Annisa A, Septiani Nindia Putri, Suci Anggela Soraya**

Program Studi Profesi Apoteker, Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Riau, Pekanbaru, Riau

\*email: [gressynovita@stifar-riau.ac.id](mailto:gressynovita@stifar-riau.ac.id)

### Abstrak

Penyakit ginjal merupakan salah satu masalah kesehatan global yang semakin meningkat prevalensinya. Penyakit ginjal kronik menempati urutan ke-12 sebagai penyebab kematian tertinggi di dunia, dengan tren peningkatan setiap tahunnya. Di Indonesia, prevalensi penyakit ginjal kronis mencapai 0,38%, namun diperkirakan angka sebenarnya lebih tinggi mengingat banyak kasus tidak terdeteksi pada tahap awal. Penyebab dari meningkatnya angka penderita penyakit ginjal di Indonesia adalah karena pola hidup yang tidak sehat, kurangnya pengetahuan dan terbatasnya akses informasi tentang cara mencegah penyakit ginjal. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengedukasi masyarakat tentang kesehatan ginjal dan cara pencegahannya. Metode yang digunakan adalah penyuluhan secara langsung menggunakan media leaflet dan diskusi. Materi edukasi adalah mengenai kesehatan ginjal, mulai dari cara menjaga kesehatan ginjal, mengetahui gejala dan faktor resiko penyebab penyakit ginjal tersebut. Evaluasi kegiatan dilakukan dengan memberikan tes awal dan tes akhir. Berdasarkan hasil pretes dan postes dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian penyuluhan secara langsung menggunakan media leaflet terhadap pengetahuan masyarakat di Stadion Utama Riau. Hal ini dapat dilihat pada uji Wilcoxon pada skor pretest dan posttest yaitu dengan nilai p value 0,000 ( $p < 0,05$ ). Melalui pengabdian ini, diharapkan masyarakat dapat lebih memahami pentingnya menjaga kesehatan ginjal serta mengubah pola hidup mereka menjadi lebih sehat. Pada akhirnya, seiring dengan meningkatnya pengetahuan masyarakat, maka diharapkan terjadi penurunan angka penderita penyakit ginjal di Indonesia.

**Kata Kunci** : kesehatan ginjal, edukasi, leaflet

### Abstract

*Kidney disease is a growing global health concern with an increasing prevalence worldwide. Chronic kidney disease (CKD) ranks as the 12th leading cause of death globally, with a consistent upward trend each year. In Indonesia, the prevalence of CKD is reported at 0.38%; however, the actual figure is likely higher due to the large number of undiagnosed cases in the early stages. The rising number of kidney disease cases in Indonesia is primarily attributed to unhealthy lifestyles, limited public knowledge, and restricted access to information on kidney disease prevention. This community service program aimed to educate the public about kidney health and preventive measures. The method employed was direct counseling using printed leaflets and facilitated discussions. Educational content covered various aspects of kidney health, including ways to maintain healthy kidney function, recognizing symptoms, and identifying risk factors. The effectiveness of the activity was evaluated through pre- and post-tests. The results showed a significant improvement in public knowledge following the intervention, as indicated by the Wilcoxon test with a p-value of 0.000 ( $p < 0.05$ ). This suggests that direct education using leaflets significantly enhanced community knowledge at Riau Main Stadium. It is hoped that through this initiative, the public will gain a better understanding of the importance of maintaining kidney health and be encouraged to adopt healthier lifestyles. Ultimately, increased public awareness is expected to contribute to a decline in the incidence of kidney disease in Indonesia.*

**Keywords**: kidney health, education, leaflet

Submit: Februari 2025

Diterima: Maret 2025

Terbit: April 2025

DOI: <https://doi.org/10.63763/jbn.v2i3.87>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

## **Pendahuluan**

Penyakit ginjal merupakan salah satu masalah kesehatan global yang semakin meningkat prevalensinya. Menurut data dari Global Burden of Disease Study, penyakit ginjal kronik (PGK) menempati urutan ke-12 sebagai penyebab kematian tertinggi di dunia, dengan tren peningkatan setiap tahunnya (1). Di Indonesia, data dari Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi penyakit ginjal kronis mencapai 0,38%, namun diperkirakan angka sebenarnya lebih tinggi mengingat banyak kasus tidak terdeteksi pada tahap awal (2).

Kurangnya kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan ginjal menjadi salah satu penyebab utama tingginya angka kejadian penyakit ginjal yang tidak tertangani dengan baik. Faktor risiko seperti hipertensi, diabetes, konsumsi obat-obatan yang tidak rasional, serta gaya hidup yang tidak sehat masih banyak ditemui di masyarakat, khususnya di daerah dengan akses edukasi kesehatan yang rendah (3). Edukasi dan sosialisasi mengenai pentingnya deteksi dini serta pencegahan penyakit ginjal menjadi sangat krusial dalam menekan angka kejadian dan dampak lanjutannya.

Mengonsumsi minuman berenergi dosis tinggi dapat menyebabkan gangguan fungsi ginjal (4). Hal ini terlihat dari peningkatan kadar serum kreatinin, peningkatan ekskresi albumin dan perubahan yang terlihat pada histologis berupa abnormalitas gambaran histopatologi dengan adanya penebalan medulla ginjal. Bahkan dalam dosis rendah minuman ini telah terbukti dapat meningkatkan ekskresi albumin.

Urgensi kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk edukasi dan sosialisasi ini menjadi sangat relevan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai peran ginjal dalam tubuh serta cara menjaga kesehatannya. Pendekatan berbasis komunitas dinilai efektif dalam meningkatkan kesadaran dan perubahan perilaku masyarakat terkait kesehatan ginjal (5). Melalui kegiatan ini, diharapkan masyarakat tidak hanya mendapatkan informasi, tetapi juga memiliki motivasi untuk menerapkan pola hidup sehat yang dapat mencegah gangguan ginjal.

Penelitian-penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa intervensi berbasis edukasi komunitas mampu meningkatkan pengetahuan dan perilaku preventif terhadap penyakit ginjal. Sebuah studi di Malaysia menemukan bahwa edukasi terstruktur secara signifikan meningkatkan tingkat pengetahuan masyarakat tentang penyakit ginjal dan faktor risikonya (6). Demikian pula, model pendidikan kesehatan melalui pendekatan komunikasi interpersonal telah terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga fungsi ginjal (7).

Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan pemahaman kepada masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan ginjal melalui kegiatan edukasi dan sosialisasi yang interaktif dan partisipatif. Kegiatan ini juga bertujuan membentuk kebiasaan perilaku hidup sehat guna mencegah penyakit ginjal sejak dini, serta memperkuat peran masyarakat dalam deteksi dini dan penanganan faktor risiko penyakit ginjal.

## **Metode Pelaksanaan**

Sasaran kegiatan ini adalah masyarakat di Stadion Utama Riau. Penyuluhan dan pemberian media brosur dilakukan pada tanggal 13 Oktober 2024. Kegiatan ini dihadiri oleh mahasiswa Program Studi Profesi Apoteker beserta dosen Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Riau dan masyarakat yang sedang beraktivitas di Stadion Utama Riau. Metode yang digunakan adalah penyuluhan secara langsung menggunakan media leaflet dan diskusi. Materi edukasi adalah mengenai kesehatan ginjal, mulai dari cara menjaga kesehatan ginjal, mengetahui gejala dan faktor resiko penyebab penyakit ginjal tersebut.

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan memberikan tes awal (pretes) dan tes akhir (postes). Sebelum diberikan penyuluhan, mitra masyarakat diberikan pretes terlebih dahulu untuk mengetahui pengetahuan awal. Kemudian setelah itu, mitra masyarakat diberikan penyuluhan dengan bantuan media leaflet tentang kesehatan ginjal dan dilanjutkan dengan kegiatan postes. Hasil pretes dan postes dianalisis menggunakan SPSS versi 25 (IBM Corp Armonk, NY). Uji statistik yang digunakan adalah uji normalitas *Shapiro-Wilk* dan uji *Willcoxon signed rank test* karena data yang didapatkan pada kegiatan ini tidak terdistribusi normal.

## Hasil Dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian dilaksanakan di luar Stadion Utama Riau dan diikuti oleh mitra masyarakat yang sedang beraktivitas fisik sebanyak 50 orang. Lokasi kegiatan disajikan pada gambar 1.



**Gambar 1.** Lokasi kegiatan pengabdian masyarakat

Berdasarkan hasil dari kegiatan pengabdian yang telah dilakukan didapatkan responden sebanyak 50 orang yang terdiri dari masyarakat yang sedang beraktivitas di Stadion Utama Riau dengan hasil pretes dan postes disajikan di tabel 1.

**Tabel 1.** Hasil pretes dan postes

Kategori	Persentase Pengetahuan Responden	
	Pretes	Postes
Baik	8%	58%
Cukup	70%	42%
Kurang	22%	0%

**Tabel 2.** Hasil Analisis Statistik

<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i> Kategori	<i>Shapiro-Wilk</i>	<i>Willcoxon</i>
Pretest	8%	0.000
Posttest	70%	

Untuk menilai dampak penggunaan media leaflet dan kegiatan edukasi terhadap pengetahuan responden, dilakukan analisis menggunakan uji Wilcoxon karena data yang diperoleh tidak berdistribusi normal. Uji ini dilakukan untuk membandingkan nilai pretes dan postes. Hasil analisis menunjukkan nilai p sebesar 0,000, yang berarti lebih kecil dari batas signifikansi 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai sebelum dan sesudah penyuluhan, yang menunjukkan adanya pengaruh pendidikan terhadap peningkatan pengetahuan responden.

Temuan ini menjelaskan bahwa pemberian edukasi memiliki pengaruh terhadap peningkatan pemahaman masyarakat, ditunjukkan oleh hasil pretes dan postes dengan nilai p yang signifikan. Hasil ini sejalan dengan temuan sebelumnya yang menyatakan bahwa intervensi edukatif dapat meningkatkan tingkat pengetahuan dengan nilai p sebesar 0,003 (8).

Peningkatan pengetahuan melalui pendidikan atau penyuluhan kesehatan terbukti efektif dalam upaya pencegahan penyakit. Pendidikan tidak hanya meningkatkan pemahaman, tetapi juga mampu mendorong perubahan sikap individu. Pengetahuan berperan penting dalam membentuk perilaku karena menjadi dasar pemikiran, pandangan, dan pengambilan keputusan seseorang. Penyuluhan terkait penyakit ginjal kronis sangat berguna untuk memperkuat pemahaman tentang langkah-langkah pencegahan (9). Dalam proses pembelajaran, media edukatif berfungsi sebagai saluran informasi dari penyampai pesan kepada penerima, yang memfasilitasi proses pembelajaran khususnya dalam meningkatkan pengetahuan (10).

Selain itu, sebagian variabel dalam instrumen mungkin memiliki pernyataan yang bersifat tidak mendukung (*unfavorable*), yaitu pernyataan negatif yang menuntut pemahaman lebih mendalam agar tidak disalahartikan (11). Damanik 2024, juga menjelaskan bahwa pemanfaatan media dapat menjadikan pesan kesehatan menjadi lebih menarik dan mudah dipahami oleh masyarakat (12). Media edukasi berperan penting sebagai alat komunikasi yang dapat membentuk opini dan meningkatkan kepercayaan individu. Oleh karena itu, pengembangan media edukatif memiliki potensi besar dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat dan

sebaiknya tidak diabaikan dalam kegiatan pembelajaran (13). Namun, keterbatasan waktu dan kurangnya pengulangan edukasi menjadi kendala dalam kegiatan ini. Meski media brosur dan penyuluhan telah menunjukkan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat, namun belum seluruh peserta mengalami peningkatan pengetahuan secara menyeluruh.



**Gambar 2.** Media leaflet yang digunakan dalam edukasi

Media leaflet yang digunakan dalam pengabdian disajikan pada gambar 2. Menjaga keseimbangan cairan tubuh merupakan salah satu cara efektif untuk memelihara fungsi ginjal. Asupan cairan yang cukup membantu ginjal bekerja secara optimal. Organ ini memiliki berbagai fungsi penting, seperti mengatur keseimbangan cairan tubuh, menyaring sisa zat metabolisme dan racun dalam darah, memproduksi hormon pengatur tekanan darah, mengaktifkan vitamin D untuk kesehatan tulang, menjaga keseimbangan mineral dalam darah, serta menghasilkan hormon yang merangsang pembentukan sel darah merah.

Pemeliharaan kesehatan ginjal sangat penting guna mencegah timbulnya penyakit ginjal yang berisiko bagi kesehatan tubuh secara menyeluruh. Upaya tersebut memerlukan gaya hidup sehat dan kebiasaan positif, seperti konsumsi

makanan bergizi, rutin berolahraga, tidak merokok, serta minum air putih dalam jumlah cukup (14-15).

## Kesimpulan

Berdasarkan kegiatan pengabdian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pemahaman mitra masyarakat setelah dilakukan edukasi dan diskusi tentang menjaga kesehatan ginjal. Pengaruh pemberian media leaflet dan edukasi terlihat dari uji *Wilcoxon* pada skor pretes dan postes yaitu dengan nilai *p value* 0,000 ( $p < 0,05$ ).

## Daftar Pustaka

1. GBD 2017 Disease and Injury Incidence and Prevalence Collaborators. Global, regional, and national incidence, prevalence, and years lived with disability for 354 diseases and injuries, 1990-2017: a systematic analysis. *Lancet*. 2018;392(10159):1789-1858.
2. Kementerian Kesehatan RI. Hasil Utama Riskesdas 2018. Jakarta: Balitbangkes; 2018.
3. Susilo D, Wibowo Y, Yuniar CT. Public knowledge and awareness of chronic kidney disease: A systematic review. *Int J Pharm Res*. 2020;12(2):1030-1036.
4. Rohman JHF, Sunarno, Isdadiyanto S, Mardiaty SM. Efek minuman berenergi terhadap histopatologis ginjal tikus putih. *Media Bina Ilmiah*. 2021 Feb;15(7):4835-48.
5. Jayanti A, Finkelstein FO, Unruh M, et al. Community-based interventions to promote kidney health: a narrative review. *Kidney Int Rep*. 2020;5(3):306-316.
6. Zakaria N, Aziz NA, Ab Rahman A. The effectiveness of a health education intervention on knowledge, attitude and practice of healthy lifestyle among the residents of Felda Sungai Panching Selatan, Kuantan, Malaysia. *Malays J Med Sci*. 2019;26(2):63-71.

7. Permatasari H, Kristina SA. Health education based on interpersonal communication to increase knowledge about kidney function in the elderly. *J Promkes*. 2020;8(1):12-18.
8. Utami W, Waladani B, Ernawati. Pengaruh edukasi terhadap pengetahuan dan upaya pencegahan stunting anak usia balita. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*. 2024 Jun;20(1):47-52.
9. Rahman Z, Atrie UY, Ernawati. Edukasi upaya pencegahan gagal ginjal kronis pada pasien hipertensi dan diabetes melitus. *Jurnal Salingka Abdimas*. 2024 Dec;4(2):188-92.
10. Khusnuddin, IS. E-booklet personal hygiene terhadap perilaku pencegahan skabies pada santri Pondok Pesantren. *HIGEIA Journal of Public Health Research and Development*. 2020 Jul 22;4(3):496-503.
11. Józsa K, Morgan GA. Reversed items in Likert scales: Filtering out invalid responders. *Journal of Psychological and Educational Research*. 2017 May;25(1):7-25.
12. Damanik CRB, Harahap RA, Faradillah, Ritonga F. Analisis penggunaan sosial media dalam program promosi kesehatan. *Jurnal Inovasi Kesehatan Terkini*. 2024;6(3).
13. Azkiya, N., & Umaroh, A. K. (2024). Efektivitas media edukasi audiovisual untuk meningkatkan pengetahuan pencegahan kecemasan pada remaja di SMAN 3 Boyolali. *Mitra Mahajana: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 163-171. <https://doi.org/10.37478/mahajana.v5i2.4364>
14. Yusuf SF, Nasution LK. Penyuluhan tentang hidup sehat dengan menjaga fungsi ginjal di Kelurahan Bintuju Kecamatan Angkola Muaratais tahun 2023. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darmais (JPMD)*. 2023 Jun;2(1):32-5.
15. Indonesian Renal Registry. Laporan ke-11 Indonesian Renal Registry 2018 [Internet]. Indonesian Renal Registry; 2018 [cited 1 April 2025]. Available from: <https://www.indonesianrenalregistry.org/data/IRR2018.pdf>