

Program Edukasi Pencegahan dan Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Ginjal Kronik pada Lansia di Kelurahan Grendeng, Purwokerto Utara, Banyumas

Educational Program for Prevention and Early Detection of Risk Faktors for Chronic Kidney Disease in the Elderly in Grendeng, North Purwokerto, Banyumas

Afifah Afifah*¹, Rani Afifah Nur Hestiyani¹, Viva Ratih Bening Ati¹, Hajid Rahmadiano Mardihusodo¹, Sindhu Wisesa¹, Nafiisah¹, Synta Haqqul Fadhilah¹, Siti Munfiah¹, Wahyudin¹

¹Jurusan Kedokteran Umum, Fakultas Kedokteran, Universitas Jenderal Soedirman, Jalan Dr Gumbreg No 1 Mersi, Purwokerto Timur, Purwokerto
Email*: afifah@unsoed.ac.id

Article history

Received : Jan 02, 2024

Revised : April 15, 2024

Accepted : April 21, 2024

Abstrak – Penyakit ginjal kronik masih menjadi salah satu masalah kesehatan pada lansia di dunia termasuk Indonesia. Hipertensi dan diabetes melitus merupakan penyebab terbanyak penyakit ginjal kronis di Indonesia. Pengabdian ini bertujuan untuk memberikan edukasi pencegahan dan melakukan deteksi dini faktor risiko penyakit ginjal kronis pada lansia. Kegiatan edukasi dilakukan dengan metode ceramah dan pemeriksaan tekanan darah serta kadar glukosa darah. Terdapat peningkatan pengetahuan setelah kegiatan dan diketahui sebanyak 34% peserta mengalami hipertensi serta 11% mengalami hiperglikemia dari sebanyak 102 peserta. Secara keseluruhan, pengabdian ini telah berhasil meningkatkan pengetahuan dan terdeteksi faktor risiko utama penyakit ginjal kronis.

Kata kunci: CKD, hiperglikemia, hipertensi, lansia, penyakit ginjal kronis

Abstract – *Chronic kidney disease (CKD) is still a health problem for the elderly in the world, including Indonesia. Hypertension and diabetes mellitus are the most common causes of CKD in Indonesia. The aim of this community service was to provide prevention education and carried out early detection of risk factors for chronic kidney disease in the elderly. Educational activities and early detection of CKD risk factors were carried out using lecture methods and checking blood pressure and blood glucose levels. There was an increase in knowledge after the giving education and it was discovered that 34% of participants experienced hypertension and 11% experienced hyperglycemia from 102 participants. Overall, this community service has succeeded in increasing knowledge and detecting the main risk factors for CKD.*

Key words: CKD, chronic kidney disease, hyperglycemia, hypertension, elderly

I. PENDAHULUAN

Penyakit ginjal kronik masih menjadi salah satu masalah kesehatan di dunia termasuk Indonesia. Perkiraan prevalensi penyakit ginjal kronik di dunia mencapai 13,4%, dan pasien dengan penyakit ginjal stadium akhir (ESKD) yang memerlukan terapi pengganti ginjal diperkirakan mencapai 4,9-7 juta. Melalui pengaruhnya terhadap risiko kardiovaskular dan ESKD, penyakit ginjal kronik secara langsung mempengaruhi beban morbiditas dan mortalitas global di seluruh dunia [1].

Penyakit ginjal kronis dapat disebabkan oleh diabetes, hipertensi, infeksi glomerulonephritis, vaskulitis renal, obstruksi ureter, gangguan genetik, penyakit autoimun, dan obat-obatan [2]. Hipertensi dan diabetes melitus merupakan penyebab terbanyak penyakit ginjal kronis di Indonesia. Jumlah penderita hipertensi mencapai 1,28 juta dari total populasi dunia, dan sekitar dua per tiga berasal dari negara ekonomi menengah ke bawah [3]. Jumlah penderita diabetes

mellitus di Indonesia pada tahun 2020 mencapai 10,7 juta orang [4]. Hal itu juga terjadi di Jawa Tengah khususnya Banyumas. Jumlah penderita hipertensi di Banyumas tahun 2022 mencapai 191.118 dan jumlah penderita diabetes mellitus mencapai 23.461 [5]. Kondisi tersebut berperan pada meningkatnya kejadian penyakit ginjal kronis. Terlebih pada lansia yang secara fisiologis organ-organ tubuh cenderung mengalami penurunan fungsi. Apabila tidak disiplin dan terkontrol serta melakukan upaya pencegahan maka akan lebih cepat terjadi penyakit ginjal kronis.

Lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Lansia sendiri bukan merupakan suatu penyakit, namun merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungan. Proses tua tersebut terjadi secara alami. Setiap orang akan mengalami proses menjadi tua dan pada masa tersebut terjadi

kemunduran pada fungsi fisik, mental, dan sosial secara bertahap [6].

Untuk memonitor kesehatan lansia dapat dibentuk Posyandu lansia. Menurut Kemenkes (2011), posyandu lansia adalah pos pelayanan terpadu untuk masyarakat lanjut usia di suatu wilayah tertentu yang sudah disepakati, dan di gerakkan oleh masyarakat agar lanjut usia mendapatkan pelayanan kesehatan yang memadai dan merupakan kebijakan pemerintah untuk pengembangan pelayanan kesehatan bagi lansia yang penyelenggaraannya melalui program Puskesmas dengan melibatkan peran serta lansia, keluarga, tokoh masyarakat dan organisasi sosial [7].

Mitra/khalayak kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Posyandu lansia Masjid As-Sakiinah, terletak di Kelurahan Grendeng, Kecamatan Purwokerto Utara, Kabupaten Banyumas di sekitar kampus Universitas Jenderal Soedirman dengan tempat hunian yang padat. Sebagian besar warganya bermata pencaharian sebagai pedagang dan wiraswasta. Sebagian besar peserta posyandu lansia memiliki hipertensi yaitu sekitar 50% dan kadar glukosa darah yang tinggi sekitar 10%. Rendahnya pengetahuan mengenai akibat yang dapat ditimbulkan yaitu penyakit ginjal kronik. Rendahnya pengetahuan menyebabkan para lansia tidak berusaha untuk menjaga tekanan darah maupun kadar glukosa darah pada batas yang normal sehingga komplikasi dapat dihindari. Tekanan darah dan diabetes mellitus merupakan penyakit tidak menular yang membutuhkan pengobatan jangka panjang. Namun, sebagian masyarakat tidak mau mengkonsumsi obat secara teratur. Hal itu dapat disebabkan karena kurangnya pengetahuan tentang komplikasi yang dapat ditimbulkan oleh kedua penyakit tersebut termasuk penyakit ginjal kronik. Selain mengetahui faktor risiko utama penyakit ginjal kronik yaitu hipertensi dan diabetes mellitus, pengetahuan mengenai pencegahan terjadinya penyakit ginjal kronik merupakan hal yang sangat penting. Berdasarkan hal tersebut kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi pencegahan dan melakukan deteksi dini faktor risiko penyakit ginjal kronis yaitu hipertensi dan diabetes mellitus pada lansia di Kelurahan Grendeng, Kecamatan Purwokerto Utara, Kabupaten Banyumas sehingga dapat mencegah timbulnya penyakit ginjal kronik pada lansia.

II. METODE PELAKSANAAN

Deteksi dini faktor risiko dan edukasi pencegahan penyakit ginjal kronik merupakan salah satu upaya mencegah terjadinya penyakit ginjal kronik pada lansia di Posyandu lansia Masjid As-Sakiinah, Kelurahan Grendeng, Kecamatan Purwokerto Utara, Kabupaten Banyumas. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui beberapa tahap yang diawali dengan perijinan, persiapan, pengisian *pre-test*, pelaksanaan pemeriksaan, konsultasi hasil pemeriksaan, penyuluhan, pengisian *post-test*, dan evaluasi.

Tahap perijinan dilakukan saat awal akan melakukan kegiatan. Kami melakukan pertemuan dengan ketua takmir Masjid As-Sakiinah dan ketua Posyandu lansia Masjid As-Sakiinah guna meminta ijin melakukan kegiatan deteksi dini faktor risiko dan edukasi pencegahan penyakit ginjal kronik pada lansia peserta Posyandu lansia. Tahap persiapan meliputi koordinasi dengan tim dan koordinasi dengan pengurus posyandu lansia. Saat koordinasi kami melakukan diskusi tentang macam-macam kebutuhan alat dan bahan

yang dibutuhkan, serta menyiapkan pengadaanya. Undangan dan informasi kepada peserta Posyandu lansia dilakukan oleh pengurus posyandu lansia bekerjasama dengan ketua RT dan RW di wilayah kelurahan Grendeng, Kabupaten Banyumas.

Tahap pelaksanaan diawali dengan pengisian daftar hadir dan *pre-test*. Selesai mengisi *pre-test* kemudian dilakukan pemeriksaan tekanan darah dan gula darah dilanjutkan konsultasi hasil. Selanjutnya peserta mengikuti edukasi. Tahapan edukasi dilakukan dengan metode penyampaian materi dan diskusi. Materi yang disampaikan dalam kegiatan ini meliputi penjelasan materi tentang penyakit ginjal kronik, faktor risiko, dan cara pencegahannya. Pada saat kegiatan edukasi ini dilakukan diskusi dan tanya jawab dengan para peserta posyandu lansia. Pada tahap akhir pelaksanaan, peserta melakukan pengisian *post-test* yang bertujuan untuk mengetahui apakah peserta sudah mengerti materi yang sudah dijelaskan dan didiskusikan bersama narasumber. Tahap selanjutnya yaitu evaluasi faktor risiko pada bulan berikutnya.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan mulai bulan Juni hingga Agustus 2023 yang diawali dengan koordinasi internal tim dan koordinasi dengan pengurus Posyandu lansia Masjid As-Sakiinah, Grendeng, Purwokerto Utara, Banyumas. Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada hari Minggu tanggal 9 Juli 2023. Kegiatan ini dihadiri oleh peserta Posyandu lansia Masjid As-Sakiinah di wilayah Kelurahan Grendeng, Kecamatan Purwokerto Utara, Kabupaten Banyumas sebanyak 102 orang. Peserta tampak antusias dalam mengikuti kegiatan ini terlihat dari para peserta yang mengikuti semua alur yang ditentukan dan aktif dalam diskusi.

Setelah melakukan registrasi dan sebelum dilakukan pemeriksaan, peserta mengisi *pre-test* tentang faktor risiko dan cara pencegahan penyakit ginjal kronik. Saat pengisian terutama lansia yang mengalami kesulitan dalam mengisi kuesioner dibantu oleh petugas.

Setelah mengisi kuesioner, selanjutnya dilakukan pemeriksaan tekanan darah dan pemeriksaan glukosa darah (Gambar 1). Hasil pemeriksaan tekanan dan kadar glukosa darah diperoleh sebanyak 34% peserta yang mengalami tekanan darah tinggi dan 11% yang kadar glukosa darahnya tinggi. Tekanan darah tinggi atau hipertensi merupakan sebuah kondisi peningkatan tekanan darah yang melebihi 140/90 mmHg [8]. Penyakit hipertensi ini sering dikenal dengan silent disease, yaitu penyakit yang tidak menimbulkan tanda dan gejala yang jelas secara klinis. Diperkirakan sebanyak 1,28 miliar orang menderita hipertensi di seluruh dunia [9]. Sebanyak 50 juta warga lansia di Amerika Serikat mengalami hipertensi [10]. Lansia merupakan tahapan dalam hidup yang dialami oleh setiap manusia. Proses menua merupakan kejadian alami jaringan tubuh manusia untuk memperbaiki diri sendiri dan mempertahankan fungsinya. Oleh karena itu dapat berakibat terjadinya penurunan daya tahan tubuh. Selain mudah terkena penyakit menular, lansia mudah mengalami penyakit tidak menular antara lain yaitu hipertensi dan diabetes mellitus. Hipertensi dan diabetes mellitus merupakan faktor risiko utama terjadinya penyakit ginjal kronik.



Gambar 1. Pemeriksaan Tekanan Darah

Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini terdapat sebanyak 11% yang mengalami kadar gula darah tinggi. Tingginya kadar glukosa darah bukan berarti seseorang pasti menderita diabetes mellitus. Untuk menegakkan diagnosis diabetes mellitus selain hasil pemeriksaan kadar glukosa yang tinggi juga disertai adanya gejala klasik diabetes mellitus berupa polyuria, polidipsi, polifagi.

Edukasi tentang pencegahan penyakit ginjal kronik dan faktor risikonya dilakukan dengan metode penyuluhan atau ceramah oleh narasumber (Gambar 2). Selain itu juga dilakukan diskusi interaktif dua arah antara peserta dan narasumber.



Gambar 2. Edukasi Penyakit Ginjal Kronik

Diskusi dilakukan untuk membahas hal-hal yang masih belum dipahami peserta dan masalah yang mereka temukan sebelumnya. Peserta dipersilakan bertanya atau memberikan klarifikasi. Proses edukasi dan diskusi pada pada kegiatan ini dilakukan beberapa gelombang mengingat peserta tidak sama waktu selesai melakukan pemeriksaan dan supaya tidak menumpuk dan menunggu terlalu lama.

Setelah selesai mengikuti edukasi melalui ceramah transfer pengetahuan dan diskusi selanjutnya peserta mengisi post-test. Hal itu bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah mendapatkan edukasi mengenai pencegahan penyakit ginjal kronik dan faktor risikonya. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test didapatkan peningkatan pengetahuan yaitu dari rerata skor

54,11 menjadi 64,31. Setelah dilakukan analisis statistik menggunakan Uji-T berpasangan didapatkan perbedaan yang signifikan dengan nilai $p < 0,05$. Hal itu menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan setelah mendapatkan informasi pengetahuan serta diskusi. Untuk dapat mempertahankan dan terus meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan penyakit ginjal kronik serta mendeteksi faktor risikonya perlu dilakukan kegiatan edukasi berkala serta pemeriksaan rutin faktor risiko penyakit ginjal kronis terutama pemeriksaan tekanan darah dan kadar glukosa darah.

IV. KESIMPULAN

Edukasi pencegahan dan deteksi dini faktor risiko penyakit ginjal kronik pada lansia di Posyandu Lansia Masjid As-Sakiinah Kelurahan Grendeng, Kecamatan Purwokerto Utara, Kabupaten Banyumas telah terlaksana dengan baik dan dirasakan manfaatnya oleh masyarakat khususnya lansia di wilayah kelurahan Grendeng. Terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan mengenai pencegahan penyakit ginjal kronik dan terdeteksi secara dini faktor risiko penyakit ginjal kronik. Perlu dilakukan edukasi dan pemeriksaan kesehatan berkala untuk mencegah terjadinya penyakit ginjal kronik pada lansia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada LPPM Universitas Jenderal Soedirman yang mendanai kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini melalui pendanaan BLU Unsoed tahun 2023 dengan nomor kontrak 27.472/UN23.37/PM.01.01/II/2023. Terima kasih kepada Ketua Takmir dan Ketua Posyandu Lansia Masjid As-Sakiinah, Kelurahan Grendeng, Kecamatan Purwokerto Utara, Kabupaten Banyumas yang telah memberikan ijin pelaksanaan kegiatan.

PUSTAKA

- [1] Cheng Lv, J., & Xia Zhang, L, Prevalence and Disease Burden of Chronic Kidney Disease, *Advances in Experimental Medicine and Biology*, 1165, 2019, pp. 3–15. https://doi.org/10.1007/978-981-13-8871-2_1
- [2] Nogueira, A., Pires, M. J., & Oliveira, P. A, Pathophysiological Mechanisms of Renal Fibrosis: A Review of Animal Models and Therapeutic Strategies, *In Vivo*, 22, 2017, pp. 1–22. <https://doi.org/10.21873/invivo.11019>
- [3] World Health Organization, 2023. Hypertension. Website: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>, diakses tanggal 09/21/2023
- [4] Susanto, S. E., & Wibowo, T. H, Effectiveness of Giving Deep Relaxation to Reduce Pain in Hypertension Patients in Edelweis Room Down, *Kardinah Tegol Hospital, Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(4), 2022, pp. 5841–5846. <https://doi.org/https://doi.org/10.47492/jip.v3i6.1961>
- [5] Grehastuti, W. Profil Kesehatan Kabupaten Banyumas Tahun 2022. Banyumas: Dinas Kesehatan Banyumas, 2023.
- [6] Kaunang, V. D., Buanasari, A., & Kallo, V, Gambaran Tingkat Stres pada Lansia, *Jurnal Keperawatan*, 7(2), 2019, pp. 1–7. <https://doi.org/https://doi.org/10.35790/jkp.v7i2.24475>
- [7] Kemenkes RI, *Pedoman Umum Pengelolaan Posyandu*, Jakarta: Kemenkes RI, 2011.
- [8] Pengurus Besar Ikatan Dokter Indonesia (IDI). *Panduan Praktik Klinis Bagi Dokter di Fasilitas Pelayanan Kesehatan Primer*. (F. Ekayanti, I. Hariyani, J. Hendarto, M. Paranadipa,

- A. A. Zainudin, D. Faqih, ... Herqutanto, Eds.) (1st ed.). Jakarta: PB IDI, 2017.
- [9] Musa, E. C, Status Gizi Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kinilow Tomohon, Sam Ratulangi Journal of Public Health, 2(2), 2022.
<https://doi.org/10.35801/srjoph.v2i2.38641>
- [10] Agustina, S., Sari, S. M., & Savita, R, Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Hipertensi Pada Lansia di Atas Umur 65 Tahun, Jurnal Kesehatan Komunitas, 2(4), 2014, pp. 180–186.
https://doi.org/10.1007/978-3-319-42271-8_3