



PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DALAM MANAJEMEN PENYAKIT KRONIS UNTUK MENCEGAH KOMPLIKASI PENYAKIT GINJAL KRONIK DI KELURAHAN DEBONG KULON KOTA TEGAL

Suparjo¹, Agus Mulyadi², Fatchurrozak
Himawan³

^{1,2,3}Program Studi Keperawatan Tegal
Program Diploma III, Poltekkes Kemenkes
Semarang

*Corresponding author :
Email : akper.tegal@gmail.com

Abstrak

Penyakit ginjal kronis (PGK) menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang berdampak besar secara ekonomi dan sosial. Edukasi dan pendampingan tentang manajemen penyakit kronis seperti hipertensi dan diabetes melitus diperlukan sebagai langkah preventif untuk mencegah terjadinya komplikasi PGK. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam mengelola penyakit kronis secara mandiri. Metode kegiatan meliputi pemeriksaan kesehatan, penyuluhan, diskusi, serta evaluasi pre dan post-test. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman dan keterlibatan masyarakat dalam upaya pencegahan PGK. Kegiatan ini menunjukkan bahwa pemberdayaan masyarakat berkontribusi positif terhadap penanganan penyakit kronis

Kata Kunci: edukasi kesehatan; penyakit ginjal kronik; manajemen penyakit kronis; pemberdayaan masyarakat; pencegahan

Abstract

Chronic kidney disease (CKD) is a major public health issue with significant economic and social impact. Education and support regarding chronic disease management such as hypertension and diabetes mellitus are essential preventive measures to avoid CKD complications. This community service activity aimed to enhance the knowledge and skills of the community in managing chronic diseases independently. Methods included health screening, education, discussion, and pre-post evaluation. The results showed increased awareness and participation in CKD prevention. The program demonstrates the positive impact of community empowerment in chronic disease management.

Keywords: chronic disease management; community empowerment; health education; prevention; chronic kidney disease

PENDAHULUAN

Penyakit kronis seperti hipertensi dan diabetes melitus menjadi penyebab utama komplikasi penyakit ginjal kronik (PGK). Data Riskesdas 2018 menunjukkan peningkatan prevalensi penyakit kronis yang signifikan. Berdasarkan data Rekam Medis Puskesmas Kwadungan, prevalensi hipertensi mencapai 13,68% dan diabetes melitus sebesar 9,4%. Edukasi yang belum optimal menyebabkan rendahnya kesadaran masyarakat dalam manajemen penyakit kronis. Survei awal menunjukkan bahwa masyarakat belum memahami pentingnya pengendalian tekanan darah dan kadar gula darah sebagai upaya pencegahan komplikasi PGK.

Penyakit kronis, terutama hipertensi dan diabetes melitus, merupakan penyakit yang bersifat progresif dan dapat menyebabkan kerusakan organ secara perlahan, termasuk ginjal. Apabila tidak ditangani dengan baik, kedua penyakit ini dapat mengarah pada gagal ginjal kronis yang membutuhkan terapi hemodialisis atau transplantasi ginjal. Oleh karena itu, penting untuk memberikan edukasi yang tepat kepada masyarakat mengenai pentingnya deteksi dini dan pengelolaan mandiri penyakit kronis melalui pola hidup sehat, minum obat secara teratur, dan kontrol kesehatan berkala.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian dilakukan melalui tahapan berikut:

Persiapan: Penyusunan modul edukasi, leaflet, spanduk, serta koordinasi dengan Kelurahan Debong Kulon.

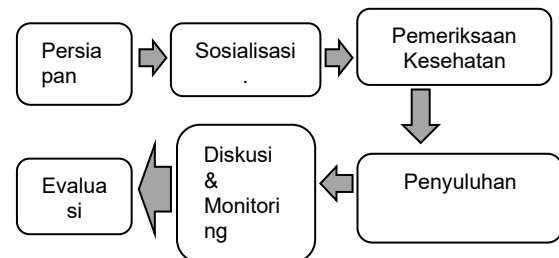
Pemeriksaan Kesehatan: Dilakukan pengukuran tekanan darah, kadar gula darah, berat badan, dan kolesterol terhadap 30 warga dengan penyakit kronis.

Penyuluhan: Disampaikan materi melalui ceramah interaktif dan pemutaran video edukasi.

Diskusi dan Pendampingan: Peserta diajak berdiskusi dan diberi kesempatan konsultasi langsung.

Evaluasi: Dilakukan pre dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan serta observasi partisipasi masyarakat.

Alur kegiatan pengabdian masyarakat adalah sebagai berikut :



Gambar 1. Alur kegiatan pengabdian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebanyak 30 peserta mengikuti kegiatan dengan antusias. Hasil pre-test menunjukkan hanya 40% peserta memahami pentingnya pengendalian penyakit kronis. Setelah penyuluhan dan diskusi, hasil post-test menunjukkan peningkatan pemahaman menjadi 86,7%. Hasil ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi berdampak signifikan terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat.

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

Kategori Pengetahuan	Pre-test (%)	Post-test (%)
Rendah	36,7%	0%
Sedang	23,3%	13,3%
Tinggi	40%	86,7%

Berdasarkan tabel di atas, terlihat adanya penurunan drastis pada kategori pengetahuan rendah dari 36,7% menjadi 0% setelah penyuluhan. Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada peserta yang memiliki pengetahuan rendah setelah mengikuti kegiatan. Sementara itu, kategori sedang mengalami sedikit penurunan dari 23,3% menjadi 13,3%, yang menunjukkan bahwa sebagian peserta berhasil meningkat ke kategori tinggi. Kategori tinggi mengalami peningkatan signifikan dari 40% menjadi

86,7%. Secara keseluruhan, data ini mengindikasikan efektivitas intervensi edukatif dalam meningkatkan pemahaman peserta.

Perubahan ini menunjukkan bahwa materi yang disampaikan mudah dipahami dan relevan dengan kondisi peserta. Strategi edukasi melalui ceramah interaktif, pemutaran video, dan diskusi terbuka memungkinkan peserta lebih aktif dalam memahami isi materi. Hal ini juga memperlihatkan bahwa kombinasi pendekatan visual dan verbal dapat meningkatkan kualitas transfer pengetahuan dalam masyarakat. (Suparjo, Himawan, and Khasanah 2023)

Kegiatan ini memberikan dampak tidak langsung terhadap peningkatan partisipasi masyarakat dalam kegiatan kesehatan lainnya seperti senam lansia dan posbindu. Peserta mengaku lebih terdorong untuk mengikuti anjuran pengobatan dari petugas kesehatan dan tidak lagi menganggap penyakit kronis sebagai kondisi yang tidak dapat dikendalikan.

Masyarakat juga menunjukkan perubahan perilaku positif, seperti kesediaan rutin memeriksa tekanan darah dan mengikuti pola makan sehat. Selama diskusi, peserta aktif mengajukan pertanyaan tentang cara mengatur pola makan, jenis olahraga yang sesuai, serta waktu kontrol kesehatan yang ideal. Hal ini menunjukkan bahwa selain pengetahuan, motivasi masyarakat untuk menjaga kesehatannya juga meningkat. (Suparjo, Himawan, and Utomo 2024)

Kendala yang dihadapi adalah keterbatasan waktu pelaksanaan dan jumlah alat pemeriksaan. Beberapa peserta harus menunggu giliran cukup lama untuk diperiksa. Namun, kendala ini dapat diatasi dengan pembagian jadwal lebih terstruktur pada kegiatan berikutnya.

KESIMPULAN

Kegiatan ini berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat dalam manajemen penyakit kronis sebagai upaya pencegahan komplikasi PGK. Disarankan agar program serupa dilakukan secara berkala dan berkelanjutan melalui kolaborasi dengan fasilitas kesehatan setempat.

Pemberdayaan masyarakat terbukti menjadi pendekatan efektif dalam meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan perilaku sehat di masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Roca, M., Mitu, O., Roca, I. C., & Mitu, F. (2015). Chronic Diseases – Medical And Social Aspects. *Revista De Cercetare Si Interventie Sociala*, 49(June), 257–275.
- World Health Organization (Who). (2021). Noncommunicable Diseases. <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/noncommunicable-diseases>
- Rekam Medis Puskesmas Kwadungan. (2022). Instrumen Penghitungan Kinerja Administrasi Dan Manajemen Puskesmas Tahun 2022.
- Peng, S., He, J., Huang, J., Lun, L., Zeng, J., Zeng, S., Zhang, L., Liu, X., & Wu, Y. (2019). Self-Management Interventions For Chronic Kidney Disease: A Systematic Review And Meta-Analysis. *Bmc Nephrol*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12882-019-1309-y>. Pmid: 31027481
- Rivandi, J., & Yonata, A. (2015). Hubungan Diabetes Melitus Dengan Kejadian Gagal Ginjal Kronik Relationship Between Diabetic Nephropathy And Incident With Chronic Kidney Disease. *Majority*, 4.
- Kadir, A. (2016). The Pathophysiology Relationship Of Hypertension And. *Jurnal “Ilmiah Kedokteran”*, 5(1), 15–25.
- Direktorat P2PTM. Bagaimana mencegah penyakit ginjal kronis - Direktorat P2PTM [Internet]. Jakarta; 2021. Available from: <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-danpembuluh-darah/bagaimana-mencegahpenyakit-ginjal-kronis>
- Putri, E., Alini, & Indrawati. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga dan Kebutuhan Spiritual Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Dalam Menjalani Terapi Hemodialisis Di RSUD Bangkinang. *JURNAL NERS Research & Learning in Nursing Science*, 4(23), 47–55.

- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat. 2019; Available from: <https://www.kemkes.go.id/article/view/19051700002/hipertensi-penyakit-paling>.
- P2PTM Kemenkes RI Bagaimana Mencegah Penyakit Ginjal Kronis. 2021; Available from: Kleinman, M.E. et al., 2015.
- Suparjo, Suparjo, Fatchurrozak Himawan, and Dwi Uswatun Khasanah. 2023. “Pengaruh Pendekatan Edukasi Spritual Muslim Terhadap Mekanisme Koping Pasien Gagal Ginjal Dimasa Pandemi Covid-19 DI Ruang Haemodialisa RSUD Kota Tegal.” *Bhamada : Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan* 14(1): 6–13.
- Suparjo, Suparjo, Fatchurrozak Himawan, and Deddy Utomo. 2024. “PELATIHAN DAN PENDAMPINGAN PEMBUATAN MAKANAN TAMBAHAN BAGI BALITA UNTUK CEGAH STUNTING.” *Jurnal Kreatifitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)* 7(11): 4844–52. doi:10.33024/jkpm.v7i11.16630.