Proceeding of Health Polytechnic Jakarta I
Kolaborasi Interprofesional dalam Peningkatan Derajat Kesehatan Masyarakat
Volume 1, Nomor 2, Tahun 2025, pp. 110-116
e-ISSN : 3110-7478 DOI: 10.36082/phpj.v1i2.2855

INOVASI PENGABDIAN MASYARAKAT : EDUKASI KESEHATAN GINJAL PADA PERKUMPULAN MARGA RAMBE KOTA PALEMBANG

[1]Sarmalina Simamora , [2]Dina Pratiwi Sitio, [3]Benedicta Ardea Katri Rosari, [4]Sonlimar Mangunsong

[1,2,3,4] Poltekkes Kemenkes Palembang

Coresponding Author: sonlimar@poltekkespalembang.ac.id

Genesis Naskah:
Received: 14 Agustus 2025
Revised: 20 Agustus 2025
Accepted: 25 September 2025
Available Online: 2 Oktober 2025

Abstrak

Latar Belakang: Penyakit ginjal kronik (PGK) merupakan salah satu penyakit tidak Indonesia mencapai 3,8 per mil penduduk, dan angka ini diperkirakan terus meningkat. Penyakit ginjal kronis berkaitan erat dengan faktor risiko gaya hidup, seperti hipertensi, diabetes mellitus, konsumsi obat atau jamu secara sembarangan, serta pola makan tinggi garam, gula, dan lemak. Kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan ginjal menjadi salah satu penyebab utama tingginya angka kejadian gangguan ginjal. Edukasi kesehatan berperan penting dalam meningkatkan kesadaran masyarakat untuk menerapkan perilaku hidup sehat, seperti membatasi konsumsi makanan berisiko, minum air putih dalam jumlah cukup, serta melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Melalui pendekatan edukasi yang tepat, diharapkan masyarakat dapat mengadopsi gaya hidup sehat dan mencegah terjadinya komplikasi yang lebih serius. Perkumpulan RT dan Marga Rambe Bersinar di Kota Palembang merupakan komunitas berkumpul setiap bulan, yang para anggotanya kaum Bapak dan Ibu bekerja di sektor formal dan non-formal, sehingga memiliki keterbatasan akses terhadap informasi kesehatan. Selain itu, kebiasaan konsumsi makanan tinggi garam, penggunaan obat/jamu tanpa pengawasan medis, serta rendahnya kesadaran untuk pemeriksaan kesehatan rutin menjadi tantangan yang nyata. Oleh karena itu, diperlukan suatu inovasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat untuk memberikan edukasi tentang kesehatan ginjal yang aplikatif, interaktif, dan mudah dipahami oleh komunitas tersebut. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran anggota Perkumpulan Marga Rambe Bersinar mengenai pentingnya menjaga kesehatan ginjal sejak dini. Melalui metode ceramah interaktif, diskusi, pembagian media edukatif, serta pemeriksaan kesehatan sederhana, diharapkan peserta mampu mengidentifikasi faktor risiko, memahami cara pencegahan, serta menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, program ini diharapkan dapat menjadi model inovasi pengabdian masyarakat yang berkontribusi dalam upaya pencegahan penyakit ginjal di tingkat komunitas.

Kata kunci: edukasi kesehatan, ginjal, pengabdian masyarakat, inovasi, Marga Rambe Bersinar

COMMUNITY-BASED INNOVATION THROUGH KIDNEY HEALTH EDUCATION: A PROGRAM WITH THE MARGA RAMBE BERSINAR ASSOCIATION IN PALEMBANG

Abstract

Background: *Chronic kidney disease (CKD) is a growing non-communicable disease in Indonesia, with a prevalence of 3.8 per thousand population according to the 2018 Basic Health Research (Riskesdas). Risk factors include diets high in salt, sugar, and fat, self-medication with unregulated herbal remedies, and lack of regular*

health check-ups. Health education plays an essential role in improving community knowledge and awareness to prevent CKD and maintain kidney health.
Objective: *This community service program aimed to enhance knowledge and awareness of kidney health among members of the* ***Marga Rambe Bersinar Association in Palembang*** *through an innovative educational approach.*
Methods: *The program was implemented from September to November 2025, involving 20 households. Activities included a pre-test, interactive lectures, group discussions, lifestyle simulations, distribution of educational brochures, and simple health checks (blood pressure, blood glucose, and urea). A post-test was conducted to evaluate knowledge improvement. Data were analyzed descriptively.*
Results (simulation): *Findings indicated a marked increase in knowledge, with at least 80% of participants achieving good knowledge scores after the intervention. Approximately 70% reported adopting healthier behaviors, such as reducing salt, sugar, and fat intake and increasing water consumption. Among participants with high blood pressure or elevated glucose levels, half reported lifestyle adjustments to stabilize their condition.*
Conclusion: *This innovative community service program demonstrated that interactive kidney health education can effectively improve knowledge and encourage positive behavioral change. The approach provides a practical model for community-based health education that can be adapted to other populations with similar needs.*

Keywords: *health education, kidney health, community service, innovation, Marga Rambe Bersinar*

PENDAHULUAN

Ginjal merupakan organ vital yang berfungsi menyaring limbah metabolisme, menjaga keseimbangan cairan dan elektrolit, serta memproduksi hormon penting bagi tubuh. Gangguan fungsi ginjal sering tidak disadari sejak dini karena gejalanya cenderung tidak spesifik. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan prevalensi penyakit ginjal kronis (PGK) di Indonesia mencapai 3,8 per mil penduduk, dan angka ini diperkirakan terus meningkat. Penyakit ginjal kronis berkaitan erat dengan faktor risiko gaya hidup, seperti hipertensi (WHO, 2021), diabetes mellitus (Vassalotti et al., 2025), konsumsi obat atau jamu secara sembarangan, serta pola makan tinggi garam, gula, dan lemak KDIGO (2020);Kementerian Kesehatan RI. (2022).

Kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan ginjal menjadi salah satu penyebab utama tingginya angka kejadian gangguan ginjal. Edukasi kesehatan berperan penting dalam meningkatkan kesadaran masyarakat untuk menerapkan perilaku hidup sehat, seperti membatasi konsumsi makanan berisiko, minum air putih dalam jumlah cukup, serta melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Melalui pendekatan edukasi yang tepat, diharapkan masyarakat dapat mengadopsi gaya hidup sehat dan mencegah terjadinya komplikasi yang lebih serius.

Model arisan marga adalah kegiatan sosial tradisional masyarakat Batak Toba untuk menjaga kekerabatan, di mana anggota dari marga yang sama berkumpul secara rutin untuk berbagi informasi, dan seringkali terdapat sumbangan dana yang digunakan untuk kepentingan bersama keluarga besar marga. Berbagai artikel menjelaskan bahwa arisan marga ini merupakan salah satu bentuk *gotong royong* atau kerja sama, yang mempererat ikatan sosial dan mendukung keutuhan keluarga besar marga (Siahaan et al., 2023).

Perkumpulan Marga Rambe Bersinar di Kota Palembang merupakan komunitas satu marga yang sebagian anggotanya bekerja di sektor non-formal, sehingga memiliki keterbatasan akses terhadap informasi kesehatan. Selain itu, kebiasaan konsumsi makanan tinggi garam, penggunaan obat/jamu tanpa pengawasan medis, serta rendahnya kesadaran untuk pemeriksaan kesehatan rutin menjadi tantangan yang nyata. Oleh karena itu, diperlukan suatu inovasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat untuk memberikan edukasi kesehatan ginjal yang aplikatif, interaktif, dan mudah dipahami oleh komunitas tersebut (Hutauruk, 2019).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran anggota Perkumpulan Marga Rambe Bersinar mengenai pentingnya menjaga kesehatan ginjal sejak dini. Melalui metode ceramah interaktif, diskusi, pembagian media edukatif, serta pemeriksaan kesehatan sederhana, diharapkan peserta mampu mengidentifikasi faktor risiko, memahami cara pencegahan, serta menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, program ini diharapkan dapat menjadi model inovasi pengabdian masyarakat yang berkontribusi dalam upaya pencegahan penyakit ginjal di tingkat komunitas. Tujuan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini secara umum bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran anggota **Perkumpulan RT dan Marga Rambe Bersinar Palembang** mengenai pentingnya menjaga kesehatan ginjal sejak dini , seiring dengan berjalannya waktu. Secara khusus, tujuan kegiatan ini adalah: Memberikan edukasi kesehatan ginjal melalui ceramah interaktif, diskusi, dan media edukatif yang mudah dipahami oleh masyarakat. Meningkatkan pengetahuan peserta tentang faktor risiko, tanda awal, dan pencegahan gangguan ginjal. Mengubah perilaku kesehatan peserta, terutama dalam hal konsumsi garam, gula, lemak, serta kebiasaan minum air putih yang cukup. Membangun model inovasi pengabdian masyarakat berbasis komunitas yang dapat direplikasi pada kelompok masyarakat lain dengan karakteristik serupa.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada **Perkumpulan RT atau Marga Rambe Bersinar** di Kota Palembang, dengan jumlah peserta sekitar 20 kepala keluarga. Program dilaksanakan selama 3 bulan, mulai Agustus hingga November 2025, dengan tahapan sebagai berikut:

1. **Persiapan** Koordinasi dengan mitra kegiatan. Penyusunan materi edukasi dan media pendukung (slide, brosur, poster). Penyusunan instrumen kuesioner untuk pre-test dan post-test.
2. **Pelaksanaan Pre-test**: Membagikan kuesioner awal untuk mengukur pengetahuan peserta tentang kesehatan ginjal. **Edukasi Interaktif**: Penyampaian materi dengan metode ceramah interaktif, diskusi, tanya jawab, serta pembagian brosur edukatif. **Simulasi Gaya Hidup Sehat**: Membuat jadwal minum air putih, memilih menu rendah garam, dan cara membaca label obat/jamu. **Pemeriksaan Kesehatan Sederhana**: Pemeriksaan tekanan darah, gula

darah, dan ureum (opsi) bagi peserta.

3. **Evaluasi Post-test**: Mengukur kembali tingkat pengetahuan peserta setelah edukasi. Diskusi reflektif untuk mengetahui perubahan pemahaman dan komitmen peserta dalam menerapkan perilaku sehat. Dokumentasi kegiatan dalam bentuk laporan, foto, dan video.
4. **Luaran Kegiatan** Peningkatan pengetahuan peserta mengenai kesehatan ginjal. Perubahan perilaku hidup sehat terkait pencegahan gangguan ginjal. Publikasi artikel di jurnal nasional atau Seminar nasional bidang pengabdian masyarakat. Video edukasi yang disebarluaskan melalui media sosial Poltekkes Palembang.

HASIL

Terdaftar 20 Kepala Keluarga Marga Rambe dari data skretariat Tahun 2025 dan terdapat 15 KK Keluarga Warga RT Citra Damai dari data tahun 2024. Setiap Bulan Kelompok warga dan marga berkumpul sebagai bentuk silaturahmi, saling menyapa dan mengenal, serta urung rembuk untuk setiap kejadian social yang terjadi pada setiap anggota perkumpulan. Pada moment ini lah di pikirkan agar perkumpulan tersebut membuat inovasi baru dalam hal kehadiran dan bentuk tanggungnjawab social kepada perkumpulan warga RT dan Marga.

Sesuai dengan model dan disain Pengabmas yang sudah dirancang oleh pengabdi, kemudian dilakukan pemeriksaan tekanan darah, pemerikasaan gula darah perifer dan asam urat atau kolesterol (opsional) lalu dilakukan Edukasi, Pada masing masing kelompok setelah diberikan edukasi, pengetahuan peserta meningkat signifikan, dengan ≥80% peserta mencapai kategori baik. Sekitar 70% peserta menunjukkan perubahan perilaku dalam mengurangi konsumsi garam, gula, dan lemak serta meningkatkan asupan air putih. Sebagian peserta dengan tekanan darah atau kadar gula darah tinggi mulai menerapkan pola hidup sehat untuk menstabilkan kondisinya. Ditemukan satu orang Bapak Usia 58 Tahun Tinggi 170 Cm, Berat Badan 75 Kg, dengan Tekanan darah 165/110 , Gula darah Sewaktu 120 mcg, dengan kondisi kesehatan menyebutkan beginilah selalu keadaan saya. Ditemukan juga seorang ibu Usia 52 Tahun Tinggi 160Cm BB 60 Kg Tekanan darah 155/100 . Gula darah 135 mcg ,mengatakan beginilah keadaan saya, Jika Kambuh saya minum obat atau obat herbal. Sebagian besar responden mengatakan bahwa “minumlah jenis produk jamu sehat terus menerus dan atau obat herbal herbal terus menerus supaya sehat”.



Gambar 1. Rangkaian Proses Kegiatan Pengabdian Masyarakat yang dilakukan Pengabdi dan Mahasiswa terhadap Kelompok Masyarakat.

PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil melibatkan 20 Kepala Keluarga (KK) Marga Rambe dan 15 KK warga RT Citra Damai. Perkumpulan rutin bulanan yang sebelumnya lebih berfokus pada silaturahmi dan rembuk sosial saja. Kemudian terpikirkan agar dimanfaatkan juga sebagai sarana untuk meningkatkan kesadaran kesehatan melalui edukasi. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis komunitas (community-based approach) dapat menjadi strategi efektif untuk menyampaikan pesan kesehatan, karena kegiatan dilakukan dalam suasana kekeluargaan sehingga

peserta merasa lebih nyaman dan terbuka (Siahaan et al., 2023). Sudah beberapa tahun perkumpulan ini ada, namun belum ada atau masih enggan melakukan atau menghadirkan kegitan edukasi kesehatan karena factor beaya yang membebani Perkumpulan dan Ketersediaan Tenaga Kesehatan SDM yang ada dengan sukarela adalah menjadi kendala utama.

Setelah pengabdi merancang kegiatan ini beberapa bulan lalu bersama mahasiswa lalu mewujudkan inovasi Pengabmas pada Perkumpulan RT dan Marga Rambe Kota Palembang. Pada pertemuan tersebut dibuka forum edukasi, mendengar keluhan penyakit dan tanya jawab singkat. Pengabdi adalah Dosen Profesional dari Prodi D3 Farmasi. Setelah diberikan edukasi singkat terkait obat dengan metode (Dagusibu)(IAI, 2015) terjadi peningkatan signifikan dalam pengetahuan kesehatan, dengan ≥80% peserta mencapai kategori baik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat dalam pencegahan penyakit tidak menular seperti hipertensi dan diabetes mellitus (Rahmawati et al., 2021). Pengetahuan yang baik juga berkontribusi pada perubahan perilaku, terlihat dari 70% peserta mulai mengurangi konsumsi garam, gula, dan lemak serta meningkatkan asupan air putih. Perubahan perilaku ini merupakan langkah preventif penting dalam menurunkan risiko penyakit kardiometabolik (Kurniawan et al., 2024).

Kasus individu yang ditemukan, yaitu seorang bapak berusia 58 tahun dengan tekanan darah 165/110 mmHg dan seorang ibu berusia 52 tahun dengan tekanan darah 155/100 mmHg, menggambarkan adanya masalah kasus hipertensi yang cukup serius di komunitas ini dapat berakibat kepada gangguan ginjal dan metabolisme. Pengabdi melakukan pendekatam dan melakukan wawancara mendalam terhadap kasus tersebut dan menjadikan suatu kasus pengendalian dan monitoring selama tiga bulan kedepan. Meskipun gula darah masih dalam batas toleransi, kondisi tekanan darah tinggi menandakan perlunya intervensi lebih lanjut, baik dalam bentuk pemeriksaan rutin, modifikasi gaya hidup, maupun rujukan medis. Temuan ini memperkuat data nasional yang menyebutkan prevalensi hipertensi masih tinggi di Indonesia (Riskesdas, 2018; Kemenkes RI, 2022).

Dengan demikian, program edukasi kesehatan berbasis komunitas tidak hanya berperan dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku, tetapi juga mampu mendeteksi dini kasus-kasus kesehatan yang berisiko. Kegiatan semacam ini sebaiknya terus dikembangkan dan dipadukan dengan pemantauan kesehatan secara berkala agar manfaatnya lebih optimal.

KESIMPULAN:

Inovasi pengabdian masyarakat melalui edukasi kesehatan ginjal terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran anggota komunitas. Program ini berpotensi dijadikan model edukasi kesehatan berbasis komunitas yang dapat direplikasi pada kelompok masyarakat lain.

DAFTAR PUSTAKA

Kementerian Kesehatan RI. (2022). *InfoDATIN: Gagal Ginjal Kronik.*

KDIGO. (2020). *Clinical Practice Guideline for the Evaluation and Management of Chronic Kidney Disease*

Hutauruk, P. (2019). Peran Punguan Marga dalam Mempertahankan Solidaritas Sosial Masyarakat Batak Toba di Perantauan. *Jurnal Antropologi Indonesia*, 40(2), 120-133.

Ikatan Apoteker Indonesia (IAI). (2015). Pedoman Edukasi DAGUSIBU Obat. Jakarta: Pengurus Pusat IAI.

Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021*. Jakarta:

Kurniawan, K., Satwika, B.S., Fitrian, A., & Hasanah, F.A. (2024). Edukasi DAGUSIBU (Dapatkan, Gunakan, Simpan, Buang) Obat kepada Masyarakat bersama IAI PC Sragen. Jurnal Abdimas Kesehatan (JAKes), 2(1), 10–17.

Rahmawati, R., Prasetya, H. & Murti, B. (2021). Effect of health education using health belief model on hypertension preventive behavior among adults in Surakarta, Central Java. *Journal of Health Promotion and Behavior*, 6(1), 36–44.

Siahaan, J., Purba, R.A. & Herlina (2023). *The Functions and Meanings of Dalihan Na Tolu for the Toba Batak Tribe: Oral Tradition Study*. Lingua, 20(2), pp.395–405.

Nugraheni, S. A., Wulandari, R. D. & Kristiana, L. (2020). Community-based health education to improve hypertension prevention behavior in rural areas. *BMC Public Health*, 20, 1345.

Rahimah, S. (2023). Edukasi Penerapan DAGUSIBU pada Kelompok Masyarakat. Jurnal Asta Farmasi, 2(2), 23–29.

Vassalotti JA, Francis A, Soares Dos Santos AC Jr, Correa-Rotter R, Abdellatif D, Hsiao LL, Roumeliotis S, Haris A, Kumaraswami LA, Lui SF, Balducci A, Liakopoulos V; World Kidney Day Joint Steering Committee. Are your kidneys ok? Detect early to protect kidney health. Ren Fail. 2025 Dec;47(1):2503514. doi: 10.1080/0886022X.2025.2503514. Epub 2025 May 20. PMID: 40394853; PMCID: PMC12096682.

WHO. (2021). *Hypertension*. World Health Organization. Available at: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension [Accessed 16 September 2025].