
MENINGKATKAN PENGETAHUAN PENDAMPING TERHADAP NUTRISI PASIEN HEMODIALISIS DI UNIT HEMODIALISIS RSUD SANJIWANI GIANYAR

Ni Wayan Sri Wardani¹⁾, Dewa Gde Agung Budiayasa¹⁾, I Ketut Selamat²⁾

¹⁾SMF/Departemen Ilmu Penyakit Dalam RSUD Sanjiwani Gianyar, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa Jl. Terompong 24 Tanjung Bungkak Denpasar Bali, Indonesia, 80235

²⁾Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Warmadewa Jl. Terompong 24 Tanjung Bungkak Denpasar Bali, Indonesia, 80235

Informasi Artikel

Diajukan: 14/10/2023

Diterima: 11/11/2023

Diterbitkan: 07/12/2023

ABSTRAK

Penyakit Ginjal di Indonesia masih menjadi masalah, ditandai dengan tingginya pasien yang memerlukan hemodialis. Tahun 2018, tercatat 132.140 orang yang aktif menjalani hemodialisis di Indonesia yang sebagian besar usia produktif. Hal ini memerlukan pemahaman nutrisi yang baik, karena berkaitan dengan kualitas hidup. Upaya ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan pendamping pasien hemodialisis mengenai nutrisi yang baik untuk pasien hemodialisis. Kegiatan dilakukan di unit Hemodialisis RSUD Sanjiwani Gianyar, pada Oktober 2022 dengan metode penyuluhan, dialog interaktif, disertai pemutaran video edukasi mengenai nutrisi yang baik untuk pasien hemodialisis. Didapatkan 71 orang pendamping pasien hemodialisis, terdiri dari 69% (49 orang) perempuan. Rerata hasil pre-test adalah 40,84, dan hasil post-test setelah kegiatan 69,72, sehingga terjadi peningkatan pengetahuan pendamping tentang nutrisi yang baik bagi pasien hemodialisis adalah 75.46%. Pengetahuan awal yang rendah, walaupun peningkatan yang sudah mencapai target, maka diperlukan kegiatan pendampingan berkelanjutan. Untuk lebih memaksimalkan hasil kedepannya, kegiatan disertai dengan pemberian leaflet yang bisa dibaca oleh pendamping pasien hemodialisis ketika berada di rumah, dan juga diberi video yang bisa diakses dan diputar berulang, sehingga meningkatkan pemahaman pendamping tentang nutrisi. Pendamping juga diberikan cara mempersiapkan hidangan yang sehat bergizi dan ekonomis buat pasien hemodialisis dan keluarga.

Kata Kunci: Pengetahuan, Nutrisi, Pendamping hemodialisis

Korespondensi

Email:

wardanisri2016@gmail.com

ABSTRACT

Kidney disease in Indonesia is still a problem, characterized by the high number of patients requiring hemolysis. In 2018, there were 132,140 people actively undergoing hemodialysis in Indonesia, most of whom were of productive age. This requires a good understanding of nutrition, because it is related to quality of life. This effort aims to increase the knowledge of hemodialysis patient companions regarding good nutrition for hemodialysis patients. Activities were carried out at the Hemodialysis unit at Sanjiwani Hospital, Gianyar, in October 2022 using counseling methods, interactive dialogue, accompanied by screening of educational videos regarding good nutrition for hemodialysis

patients. There were 71 companions for hemodialysis patients, consisting of 69% (49 people) women. The average pre-test result was 40.84, and the post-test result after the activity was 69.72, so there was an increase in companion knowledge about good nutrition for hemodialysis patients, which was 75.46%. Low initial knowledge, even though the increase has reached the target, is necessary. ongoing mentoring activities. To further maximize future results, the activity is accompanied by the provision of leaflets that can be read by companions of hemodialysis patients when they are at home, and also given videos that can be accessed and played repeatedly, thus increasing the companion's understanding of nutrition. Companions are also given ways to prepare healthy, nutritious and economical dishes for hemolysis patients and their families.

Keywords: Knowledge, Nutrition, Companion to hemodialysis

PENDAHULUAN

Penyakit ginjal kronik (PGK) adalah adanya kelainan struktur atau fungsi ginjal yang berlangsung selama 3 bulan atau lebih yang berimplikasi pada kesehatan (KDIGO, 2013) Prevalensi PGK di dunia cenderung meningkat, 10,4 % pada penduduk usia >20 tahun Kovesdy CP, 2022). Penyakit ini dapat menimbulkan masalah kesehatan akibat komplikasi yang ditimbulkan dengan pembiayaan yang besar (Kemenkes RI, 2017). Sebagian besar pasien PGK yang menjalani hemodialisis adalah usia produktif dengan penyebab utama adalah Diabetes Melitus dan Hipertensi yang memerlukan pengaturan nutrisi untuk tetap menjaga kualitas hidupnya dalam mendukung perekonomian keluarga (PERNEFRI, 2018). Pada pasien yang menjalani hemodialisis reguler, proses dialisis dilakukan secara teratur 2 kali seminggu (4,5 jam per sesi HD) selama hidup pasien. Pada proses hemodialisis ini digunakan ginjal buatan yang terdiri dari membran semipermeabel yang berperan dalam proses pembersihan darah. Dalam proses pembersihan darah dikeluarkan toksin-toksin uremik terutama ureum dan kreatinin, sedikit toksin uremik dengan berat molekul sedang, tetapi sebagian zat-zat nutrisi yang dibutuhkan tubuh juga ikut terbuang saat proses hemodialisis. (Kim S.M and Jung J Y, 2020). Selain itu hemodialisis juga merupakan proses inflamasi, sehingga dibutuhkan kalori maupun protein serta mineral dan vitamin dalam jumlah yang lebih banyak dibandingkan dengan pasien non-dialisis. Pengaturan nutrisi sangat diperlukan agar status nutrisi pasien hemodialisis reguler tetap terjaga baik dan kualitas hidup tetap baik (Kim S.M and Jung J Y, 2020).

Dalam pengaturan status nutrisi pasien hemodialisis, besar sekali peran pendamping pasien hemodialisis dalam mempersiapkan nutrisi dan memotivasi pasien dalam hal menjaga status nutrisinya. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan pendamping pasien hemodialisis mengenai nutrisi yang baik untuk pasien hemodialisis,

sehingga pendamping dapat mempersiapkan dan memotivasi pasien untuk mengkonsumsi nutrisi yang sesuai untuk pasien hemodialisis reguler. Hal ini sejalan dengan tema *World Kidney Day 2022 yaitu Kidney Health for All: Bridging the Knowledge Gap to Better Kidney Care*, untuk menjembatani kesenjangan pengetahuan antara pasien maupun keluarga pasien hemodialisis dengan petugas kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup pasien hemodialisis (World Kidney Day, 2022).

Masalah, solusi pemecahan masalah mitra dan pelaksanaan PKM

Pada proses tatap muka dengan pendamping pasien hemodialisis, melalui wawancara dan diskusi yang mendalam dengan mitra (pendamping pasien hemodialisis) di unit hemodialisis RSUD Sanjiwani Gianyar, disepakati bahwa permasalahan utama adalah nutrisi pasien hemodialisis yang akan diberikan solusi yaitu: kurangnya pengetahuan tentang nutrisi yang baik untuk pasien hemodialisis reguler dan kurangnya pengetahuan untuk mempersiapkan hidangan yang sehat dan ekonomis untuk pasien hemodialisis di tengah suasana pandemi COVID-19.

Solusi dilakukan berdasarkan uraian permasalahan yang telah disepakati, setelah dilakukan sosialisasi kegiatan dengan pendamping pasien hemodialisis untuk berkoordinasi bersama mengenai pelaksanaan kegiatan yang meliputi: tujuan, manfaat, alur kegiatan dan rencana monitoring/evaluasi.

website: <https://jurnalpengabdiankomunitas.com>

METODE

Kegiatan PKM dilaksanakan di ruang tunggu Unit Hemodialisis RSUD Sanjiwani Gianyar, pada tanggal 11, 13, dan 15 Oktober 2022, pada sesi HD pagi dan sore hari pada saat pendamping menunggu pasien yang menjalani hemodialisis. Pelaksanaan kegiatan dibantu oleh dokter muda dan perawat HD RSUD Sanjiwani Gianyar, masing-masing 2 orang/ Kegiatan diawali dengan pelatihan cuci tangan disertai pembagian masker dan handrub berbasis alkohol untuk pencegahan penularan infeksi COVID-19. Kegiatan dilanjutkan dengan *pre-test* untuk mengetahui tingkat pengetahuan pendamping pasien hemodialisis mengenai makanan (nutrisi) yang baik untuk pasien HD termasuk syarat-syarat dalam hal kalori (karbohidrat dan lemak), jumlah dan sumber protein yang berkualitas, serta kandungan purin, garam, kalium, dan fosfor pada nutrisi pasien hemodialisis reguler. Kegiatan pengabdian dilaksanakan dengan metode penyuluhan dan dialog interaktif tentang nutrisi yang baik, sesuai dan ekonomis untuk pasien hemodialisis reguler.

Penyuluhan dan dialog interaktif, disertai dengan pemberian *pamphlet* nutrisi dan pemutaran video edukasi tentang nutrisi yang baik, sehat, sesuai dan ekonomis untuk pasien hemodialisis reguler dalam hal sumber karbohidrat seperti nasi dan roti dan makanan sumber lemak, juga sumber protein hewani dan nabati yang sehat dan ekonomis untuk keluarga agar tidak berlebihan atau kekurangan protein. Makanan tersebut juga diharapkan tidak mengandung garam yang tinggi, rendah fosfor, dianjurkan tidak

mengonsumsi makanan olahan ataupun makanan siap saji, karena kandungan garamnya yang tinggi dan kandungan fosfornya yang tinggi yang bersumber dari bahan pengawet yang digunakan. Selain itu juga diharapkan kandungan asam urat dalam makanan juga tidak tinggi dengan menghindari mengonsumsi makanan tinggi purin. Tanya jawab interaktif dengan mitra dilakukan pada akhir sesi penyuluhan dan pemutaran video edukasi untuk meningkatkan pemahaman mitra dan diharapkan pamflet maupun video dapat dibaca dan ditonton di rumah berlangsung secara berkesinambungan karena dapat dibaca dan ditonton kembali saat berada. Pada akhir kegiatan dilakukan evaluasi untuk menilai peningkatan pengetahuan mitra dengan melaksanakan *post-test*, nutrisi yang sesuai untuk pasien hemodialisis reguler dengan target capaian peningkatan pengetahuan $\geq 75\%$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Jumlah pendamping pasien hemodialisis yang terlibat pada kegiatan PKM adalah 71 orang yang sebagian besar adalah perempuan yaitu 69% (49 orang) yang datang mengantar pasien hemodialisis reguler ke unit hemodialisis RSUD Sanjiwani Gianyar. Kegiatan dilaksanakan pada 11, 13, dan 15 Oktober 2022 bertempat di ruang diskusi unit hemodialisis RSUD Sanjiwani Gianyar. Diawali dengan *pre-test* pada pendamping pasien hemodialisis reguler di unit hemodialisis RSUD Sanjiwani Gianyar, dan didapatkan nilai rerata *pre-test* nutrisi pada pendamping pasien HD adalah 40,85, dilanjutkan dengan pemberian materi dan diskusi interaktif lalu pemutaran video edukasi, dan pada akhir kegiatan dilakukan post test dengan rerata nilai post-test dengan hasil 69,72. Berikut adalah foto-foto kegiatan bersama pendamping pasien hemodialisis.



Gambar 3. Pretest nutrisi



Gambar 6. Pemberian hadiah pasca post test



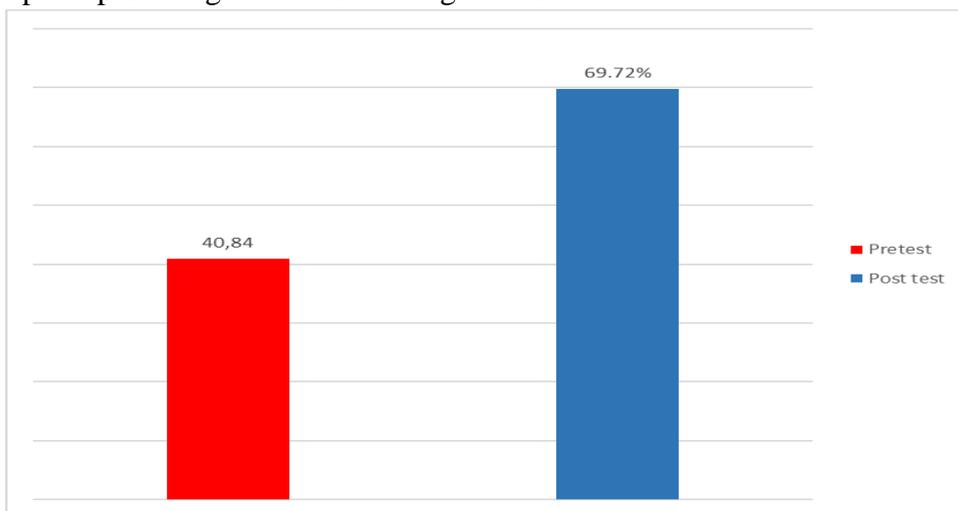
Gambar 4 . Pelatihan Cuci Tangan



Gambar 5. Pemberian Materi Nutrisi

PEMBAHASAN

Pada kegiatan penelitian ini didapatkan, pengetahuan pendamping pasien hemodialisis masih rendah dengan rerata 40.84%, dan pada akhir kegiatan didapatkan hasil post test 69,72, sehingga didapatkan peningkatan pengetahuan pendamping pasien hemodialisis sebesar 75.46% seperti pada gambar 7. Peningkatan pengetahuan pendamping pasien hemodialisis ini sudah mencapai target yaitu >70%, tetapi pengetahuan awal yang rendah mengindikasikan perlunya kegiatan pendampingan yang berkesinambungan, kegiatan PKM ini juga menyiapkan *leaflet* yang dibagikan pada peserta, yang bisa dibaca kembali oleh pendamping pasien hemodialisis ketika berada di rumah dan di unit HD, dan diberikan video edukasi yang bisa diakses dan diputar ulang, sehingga meningkatkan pemahaman pendamping pasien hemodialisis. Hidangan yang disiapkan untuk pasien hemodialisis supaya hidangan yang baik dan ekonomis bagi pasien HD dan keluarga. Gambar pencapaian kegiatan adalah sebagai berikut:



Gambar 7. Rerata Hasil Capaian Program PKM Nutrisi

SIMPULAN

Kegiatan PKM ini telah meningkatkan pengetahuan pendamping pasien hemodialisis mengenai nutrisi yang baik bagi pasien Hemodialisis, Kegiatan perlu dilanjutkan berkesinambungan untuk meningkatkan pengetahuan pendamping pasien hemodialisis untuk mencapai dampak jangka panjang yaitu meningkatkan kualitas hidup pasien hemodialisis.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih untuk staf unit Hemodialisis RSUD Sanjiwani Gianyar yang ikut berpartisipasi dalam kegiatan PKM ini. Terima kasih juga untuk Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa yang mendanai kegiatan PKM ini dan Direktur RSUD Sanjiwani Gianyar yang memfasilitasi kegiatan PKM ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Depkes RI. (2018). Laporan Nasional Riskesdas. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.198.http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf
- KDIGO. (2013). Chapter 1: Definition and classification of CKD. *Kidney Int Suppl.* 3(1):19–62. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4089693/pdf/kisup201264a.pdf>
- Kemkes RI. Info datin ginjal. (2017). Situasi Penyakit Ginjal Kronik. 1–10. <https://p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/subdit-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/ginjal-kronis>
- Kim S.M and Jung J Y. (2020). Nutritional management in patients with chronic kidney disease. *Korean J Intern Med*;35:1279-1290. <https://orcid.org/0000-0003-1271-8012>
- Kovesdy CP. (2022) Epidemiology of chronic kidney disease: an update 2022. *Kidney International Supplements.* 7–11; <https://doi.org/10.1016/j.kisu.2021.11.003>
- PERNEFRI. (2018). 11th Report Of Indonesian Renal Registry Irr [Internet].;1–46. https://www.indonesianrenalregistry.org/data/IRR_2018.pdf
- World Kidney Day. (2022). World kidney theme [Internet]. <https://www.worldkidneyday.org/2022-campaign/2022-wkd-theme/>