



### Pemberdayaan pada Keluarga tentang Asupan Nutrisi dan Cairan pada Pasien Gagal Ginjal Kronis yang menjalani Hemodialisa

<sup>1</sup>Menik Kustriyani\*, <sup>2</sup>Endang Supriyanti, <sup>3</sup>Dwi Nur Aini, <sup>4</sup>Mariyati, <sup>5</sup>Arifianto

<sup>1,2,3,4,5</sup> Fakultas Keperawatan, Bisnis dan Teknologi

Universitas Widy Husada Semarang

\*e-mail: [menikkustriyani@gmail.com](mailto:menikkustriyani@gmail.com)



**Received:**  
30 Juni 2023

**Revised:**  
1 Juli 2023

**Accepted:**  
3 Juli 2023

Copyright: © 2023. Kustriyani et al.  
This is an open-access article. This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)



**Abstrak** Berdasarkan Indonesian Renal Registry (IRR) tahun 2016, sebanyak 98% penderita gagal ginjal menjalani terapi Hemodialisis dan 2% menjalani terapi Peritoneal Dialisis (PD). Kejadian penyakit ginjal kronik terus mengalami peningkatan, demikian juga pasien gagal ginjal kronik yang menjalani dialysis. Pasien gagal ginjal kronik harus selalu memperhatikan asupan nutrisi dan cairan yang seimbang. Dalam menjaga asupan nutrisi keluarga dukungan dari keluarga sangat diperlukan, agar pasien mampu menjaga nutrisi dan cairan dengan baik. Permasalahan pada Mitra yaitu pasien dan keluarga masih kesulitan dalam menentukan asupan nutrisi pada pasien gagal ginjal kronik. **Tujuan** : dari kegiatan ini Mengajarkan pasien dan keluarga dalam menjaga nutrisi dan cairan pada pasien gagal ginjal. **Metode** : Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian yakni dengan memberikan kuesioner sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang pengetahuan asupan nutrisi dan cairan pada keluarga. Memberikan edukasi, diskusi dan tanya jawab. **Hasil** : sebanyak 95% peserta terjadi peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi. Peserta antusias saat diberikan edukasi mengenai asupan nutrisi dan cairan **Kesimpulan**: Pemberian edukasi pada keluarga pasien gagal ginjal kronik dapat meningkatkan pengetahuan keluarga pasien sehingga diharapkan keluarga dapat mendampingi pasien agar mematuhi asupan nutrisi dan cairan.

**Kata kunci:** pemberdayaan, keluarga, pasien gagal ginjal kronik

#### PENDAHULUAN

Penyakit gagal ginjal menjadi masalah Kesehatan dunia. Penyakit gagal ginjal kronik semakin meningkat, pasien terdiagnosis sudah dalam keadaan lanjut yang memerlukan Tindakan cuci darah. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, menunjukkan bahwa prevalensi penduduk Indonesia yang menderita Gagal Ginjal sebesar 3,8%. Prevalensi gagal ginjal berdasarkan jenis kelamin, penderita laki - laki (0,3) lebih tinggi dari penderita perempuan (0,2). Berdasarkan umurnya , jumlah tertinggi kategori usia diatas 75 tahun (0,6) dimana mulai terjadi peningkatan pada usia 35 tahun keatas. Penderita gagal ginjal kronik yang menjalani terapi Hemodialisa sebanyak 98% dan 2% menjalani terapi Peritoneal Dialisis. Penderita yang menjalani hemodialisis dalam rentang usia 45 - 64 tahun (Kementrian Republik Indonesia, 2018).

Gagal ginjal kronis merupakan kerusakan ginjal baik struktur dan atau fungsinya yang berlangsung selama 3 bulan atau lebih. hemodialisa yang dilakukan bertujuan untuk mengeliminasi sisa - sisa produk dari metabolisme dan sebagai koreksi gangguan keseimbangan cairan dan elektrolit. Penderita dengan gagal ginjal perlu memperhatikan asupan cairan dan nutrisi. Penderita gagal ginjal harus mengatur input cairan agar tidak terjadi gangguan keseimbangan cairan dan elektrolit. Nutrisi pada penderita gagal ginjal harus diperhatikan agar tidak terjadi mal nutrisi, karena penderita gagal ginjal seringkali mengurangi asupan nutrisi secara signifikan (Kementrian Republik Indonesia, 2022).

Penderita gagal ginjal kronik harus patuh dalam melakukan pengaturan asupan nutrisi maupun asupan cairan, hal ini pun perlu adanya dukungan dari keluarga. Dukungan dari keluarga merupakan dorongan seperti memberikan informasi, motivasi dan nasehat. Dengan



adanya dukungan keluarga berpengaruh positif pada penderita, penderita lebih mudah berusaha untuk sembuh dari sakit dan dapat menyesuaikan diri dengan sakit yang diderita (Salan, 2018).

Berdasarkan hasil prasurvei yang telah dilakukan maka permasalahan yang dialami oleh mitra adalah Aspek pengetahuan keluarga mengenai nutrisi pada psaien gagal ginjal kronik, Aspek kemampuan dalam memberikan motivasi keluarga mengenai nutrisi pada pasien gagal ginjal kronik. Bagian ini didukung kajian literatur yang dijadikan sebagai penunjang konsep pengabdian. Penulis dituntut menyajikan kajian literatur yang primer (referensi artikel jurnal dan prosiding konferensi) dan mutakhir (referensi yang dipublikasikan dalam selang waktu 10 tahun terakhir). Kajian literatur tidak terbatas pada teori saja, tetapi juga bukti-bukti empiris. Perkaya bagian pendahuluan ini dengan upaya-upaya yang pernah dilakukan pihak lain. Artikel ini merupakan hasil pengabdian yang merupakan hilirisasi dari hasil penelitian, dapat berupa hasil penelitian sendiri maupun peneliti lain.

### **METODE**

Materi yang diberikan selama kegiatan pengabdian masyarakat pemberdayaan keluarga adalah dengan melakukan edukasi pada keluarga yang mendampingi menjelaskan mengenai gagal ginjal kronik, menjelaskan makanan dan cairan yang dianjurkan dan yang tidak dianjurkan pada pasien gagal ginjal. Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Mei dan Juni tahun 2023 di Hemodialisa Klinik Ginjal di Semarang. Sebelum pemberian edukasi, keluarga diberikan kuesioner untuk mengetahui pengetahuan tentang kebutuhan nutrisi dan cairan pada pasien gagal ginjal kronik. Metode yang digunakan dengan ceramah, diskusi dan tanya jawab. Penyampaian edukasi diawali dengan pembukaan selama 10 menit, penyampaian materi sekitar 15 - 20 menit, sesi tanya jawab dan penutup kurang lebih 10 menit. Dan setelah pelaksanaan edukasi keluarga diberikan kuesioner Kembali. Pemberian edukasi dibagi beberapa kali pertemuan karena beberapa pasien gagal ginjal yang diruang hemodialisa tidak semuanya didampingi oleh keluarga, sehingga pemberian edukasi menyesuaikan kedatangan keluarga yang mendampingi pasien.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil dari kegiatan PKM ini peserta antusias dengan materi yang disampaikan. Peserta mendengarkan dan memperhatikan materi yang diberikan. Sebelum diberikan materi mengenai asupan nutrisi dan cairan pada pasien gagal ginjal kronik, pemateri melakukan pre test dengan memberikan kuesioner. Dari 10 anggota keluarga yang mendampingi pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa, mengalami peningkatan pengetahuan sebanyak 95%. Peserta sangat antusias saat mendengarkan dan menyimak dengan baik. Pada sesi diskusi peserta berespon dengan baik. Hasil dari pengabdian masyarakat didapatkan 100% mampu menjelaskan tentang asupan nutrisi dan cairan untuk pasien gagal ginjal kronik.





Gambar 1. Melakukan identifikasi tingkat pengetahuan pada keluarga pasien dengan didampingi perawat



Gambar 2. Pemberian Edukasi



Gambar. 3 bersama dengan perawat – perawat



### DIET SEHAT UNTUK PASIEN GAGAL GINJAL KRONIS DENGAN HEMODIALISA



#### TUJUAN

- Mencukupi kebutuhan gizi agar status gizi optimal
- Mampu melakukan aktifitas sehari-hari
- Menjaga keseimbangan cairan tubuh
- Terhindar dari komplikasi GSK



#### Bahan makanan yang Tidak dianjurkan

- Diet rendah kalium dan natrium: tidak boleh → pisang, pepaya, alpukat, bayam, Nangka, durian, daun singkong, paprika, kelapa, jantung pisang, kacang hijau, kedelai, coklat, kentang, ubi, pengganti garam yang menggunakan kalium.
- Diet rendah fosfor dan kalsium: batasi → susu, keju, es krim, roti gandum, telur
- Diet rendah cairan: pembatasan cairan



#### Bahan makanan yang dianjurkan

- = Sumber Hidrat Arang → nasi, roti putih, mie, macaroni, spaghetti, sagu, bihun, jagung, gula, madu
- = Sumber protein → ayam, daging, ikan
- = Sayur - sayuran → ketimun, terong, toge, buncis, kangkung, kol, stada, wortel, jamur (dalam jumlah sesuai anjuran)

### PENGATURAN CAIRAN



- Kenaikan berat badan tidak boleh lebih dari 1,5 - 2kg dalam setiap kali cuci darah.
- Minumlah hanya saat haus, untuk mengurangi rasa haus, hindari minuman dengan natrium/garam tinggi
- Saat haus menggunakan gelas ukuran kecil
- Usahakan beraktivitas agar pikiran tidak berfokus pada rasa haus

SEMANGAT!



By Menik & Tim

Gambar. 4 Lembar balik edukasi

Peserta pengabdian masyarakat merupakan keluarga yang mendampingi pasien saat menjalani hemodialisa. Keluarga yang mendampingi pasien dalam rentang usia 25- 65 tahun, dimana keluarga tersebut adalah pasangan dari suami atau istri, anak, saudara dan orang tua.

Hasil pada pengabdian masyarakat ini menunjukkan 95 % keluarga mampu menjelaskan kembali asupan nutrisi dan cairan yang dianjurkan dan tidak dianjurkan pada pasien gagal ginjal kronik, hal ini sejalan dengan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Asfar bahwa terjadi peningkatan pemahaman setelah dilakukan penyuluhan pada keluarga pasien. Agar berat badan pasien dan kesehatannya terkontrol diperlukan tindakan promotive dan preventive mengenai pengaturan asupan nutrisi maupun cairan. Keluarga juga berusaha untuk memahami dan memberikan dukungan pada pasien agar pasien mematuhi dietnya (Hardiansyah et al., 2021) (safrudin, Asfar et al., 2022). Hasil penelitian Astuti menyatakan bahwa pasien gagal ginjal yang dukungan keluarganya semakin baik maka tingkat kepatuhan dalam pembatasan cairan pun baik. Karena keluarga merupakan system pendukung utama bagi pasien, keluarga berperan penting dalam proses mempertahankan kesehatan, mengatasi sakit dan pencegahannya. Seperti halnya hasil penelitian Arzakayah yang menyatakan bahwa keluarga perlu diberikan edukasi untuk membantu pasien agar mematuhi diet yang harus dilakukan (Astuti et al., 2017)(Hikmawati, 2019)(Arzakayah et al., 2020).



Peningkatan pengetahuan pada keluarga pasien setelah diberikan edukasi sejalan dengan hasil penelitian Ernawati yang menyatakan bahwa pengetahuan pasien tentang diet dan terapi hemodialisa dapat mempengaruhi kepatuhan diet pada pasien itu sendiri (Ernawati et al., 2019). Keluarga pasien sangat berantusias dalam berdiskusi, sejalan dengan pengabdian masyarakat yang dilakukan Djamaludin bahwa pasien dan keluarga antusias saat diberikan informasi mengenai diet gagal ginjal kronik. Karena keluarga sangat membantu untuk mendukung kepatuhan pasien dalam menjalani diet, pasien pun merasa senang jika diperhatikan, dimotivasi sehingga menimbulkan rasa percaya diri, berkurangnya rasa cemas dan menumbuhkan keyakinan untuk mampu taat dalam prose pengobatan (Djamaludin et al., 2022).

### KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan sasaran keluarga pasien gagal ginjal kronik yaitu melaksanakan pemberian edukasi tentang asupan nutrisi dan cairan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. Setelah dilakukan terjadi peningkatan pengetahuan keluarga pasien

### REFERENSI

- [1] Arzakiyah, I., Yulianti, A., Wahyuni, S., Jurnal, R., Keperawatan, I., Prodi, R., Keperawatan, S., Sultan, U. I., & Semarang, A. (2020). FAKTOR-FAKTOR YANG MEMENGARUHI PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI 0-6 BULAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BANGETAYU. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 3(1), 28–35. <https://doi.org/10.26594/jikm.1.2.2018.278>
- [2] Astuti, P., Ghofar, A., Wibowo Suwandi, E., Sakit umum Daerah Jombang, R., Ilmu Kesehatan, F., & Pesantren Tinggi Darul Ulum, U. (2017). DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEPATUHAN PEMBatasan CAIRAN PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK DENGAN HEMODIALISA. *Jurnal EDUNursing*, 1(2), 89–99. <https://journal.unipdu.ac.id/index.php/edunursing/article/view/1093>
- [3] Djamaludin, D., Arifki Zainaro, M., Cik Ayu Saadiyah Isnainy, U., Putri Rahma, R., Agustina, R., Eka Liasari, D., Lensi, Y., & Penulis, K. (2022). Penyuluhan kesehatan tentang dukungan keluarga dan diit pasien dengan gangguan ginjal kronik. *JOURNAL OF Public Health Concerns*, 2(3), 117–124. <https://doi.org/10.56922/PHC.V2I3.201>
- [4] Ernawati, C., Akademi, R., Sumber, K., & Jakarta, W. (2019). Pengaruh Kepatuhan Diet Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis di Unit Hemodialisa Rumah Sakit Sumber Waras. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 11(1), 12–19. <https://doi.org/10.37012/JIK.V11I1.63>
- [5] Hardiansyah, K., Dewi, W., Saniah, R., Studi Ilmu Keperawatan, P., & Teknologi Kesehatan dan Sains Wiyata Husada Samarinda, I. (2021). PENDAMPINGAN MELALUI MONITORING KETAT TERKAIT PENGATURAN DIET PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK YANG SEDANG MENJALANI HEMODIALISA. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ners Wiyata*, 1(1), 11–20. [https://doi.org/10.35728/PENGMAS\\_NERS\\_WIYATA.V1I1.701](https://doi.org/10.35728/PENGMAS_NERS_WIYATA.V1I1.701)
- [6] Hikmawati, K. (2019). Pengetahuan Pasien Tentang Diet Cairan dan Nutrisi pada Pasien Gagal Ginjal Kronik (GGK) Di Ruang Hemodialisa RSUD Kabupaten Indramayu Tahun 2017. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 7(2), 28–47. <https://doi.org/10.33650/JKP.V7I2.599>
- [7] Kementerian Republik Indonesia. (2018). *Cegah dan Kendalikan Penyakit Ginjal dengan CERDIK dan PATUH – Sehat Negeriku*. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20180307/1425164/cegah-dan-kendalikan-penyakit-ginjal-cerdik-dan-patuh/>
- [8] Kementerian Republik Indonesia. (2022). *Gagal Ginjal Kronik dan Penyebabnya*. [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/582/gagal-ginjal-kronik-dan-penyebabnya#:~:text=Definisi gagal ginjal kronik adalah,maka disebut gangguan ginjal akut.](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/582/gagal-ginjal-kronik-dan-penyebabnya#:~:text=Definisi gagal ginjal kronik adalah,maka disebut gangguan ginjal akut.)
- [9] safrudin, Asfar, A., Hidayat, R., Faradillah, Y., & Jama, F. (2022). Edukasi Pentingnya Diet Cairan dan Nutrisi pada Penderita Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Terapi Hemodialisis.



- Idea Pengabdian Masyarakat*, 2(03), 196–201. <https://doi.org/10.53690/IPM.V2I04.146>
- [10] Salan, T. E. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Status Nutrisi pada Pasien yang menjalani Hemodialisa. *CHMK APPLIED SCIENTIFIC JOURNAL*, 1(2). <http://cyber-chmk.net/ojs/index.php/sains/article/view/377>