



# HARI GINJAL SEDUNIA

## Kidney Health for All: Bridge The Knowledge Gap to Better Kidney Care

Dr. Tria Rosemiarti

Penyakit ginjal kronis (PGK) adalah disfungsi ginjal progresif dan ireversibel yang mengganggu kemampuan tubuh untuk menjaga metabolisme dan keseimbangan elektrolit. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), penyakit ginjal dan saluran kemih menyebabkan 850.000 kematian setiap tahunnya. Data tersebut menunjukkan bahwa penyakit ginjal menempati urutan ke-12 dengan angka kematian tertinggi. Kematian terkait penyakit ginjal terus meningkat setiap tahun dan diproyeksikan menjadi penyebab kematian ke-5 pada tahun 2040.<sup>1</sup> Berdasarkan hasil data Riskesdas 2018, penyakit ginjal kronis meningkat dari 2% menjadi 3,8% dibandingkan tahun 2013. Dari semua penyakit kronis yang mempengaruhi populasi, penyakit ginjal kronis dianggap sebagai penyakit yang tidak ada harapan dan progresif yang dapat memicu reaksi pada berbagai pasien dan membahayakan kualitas hidup.<sup>2</sup>

Pengobatan permanen untuk gagal ginjal belum ditemukan, tetapi pengobatan berkelanjutan seperti dialisis atau transplantasi ginjal digunakan untuk mempertahankan fungsi ginjal. Dialisis memberikan pengobatan sementara yang melibatkan pembuangan racun, produk limbah dan kelebihan cairan dari darah ketika ginjal tidak dapat melakukan fungsi normalnya. Di sisi lain, transplantasi ginjal melibatkan penempatan ginjal lain biasanya oleh donor di rongga perut bagian bawah yang terhubung ke

kandung kemih dan pembuluh darah. Mempertahankan dan menjalani gaya hidup sehat adalah tindakan pencegahan yang kuat untuk mengurangi risiko penyakit ginjal kronis. Pemenuhan asupan gizi dan cairan, mengurangi asupan makanan olahan, makanan kaya lemak, diet asin dan alkohol, aktif secara fisik, mengelola tekanan darah tinggi, semuanya merupakan tindakan pencegahan yang penting. Penderita diabetes harus menjaga kadar gulanya tetap terkendali, melakukan pemeriksaan kesehatan berkala atau skrining (untuk deteksi dini) adalah semua cara yang dapat dilakukan untuk mencegah penyakit ini dan mengurangi beban keluarga atau masyarakat. Peluang PGK untuk dicegah, dideteksi lebih dini atau disembuhkan lebih tinggi bila tersedia layanan kesehatan yang andal dan tepat. Pemerintah, penyedia layanan kesehatan, dan pemangku kepentingan harus bekerja sama untuk menjembatani kesenjangan dalam memberikan informasi yang akurat kepada publik tentang perawatan ginjal untuk mengurangi risiko dan beban PGK di masa depan.

Kesenjangan pengetahuan terkait PGK yang terus-menerus dan berkelanjutan dapat dibuktikan di semua tingkat perawatan kesehatan, antara lain 1) **Masyarakat** – hambatan terkait pemahaman kesehatan ginjal yang lebih baik termasuk sifat kompleks dari informasi penyakit ginjal, kesadaran dasar yang rendah, literasi kesehatan yang terbatas, ketersediaan informasi PGK yang

terbatas, dan kurangnya kesiapan untuk belajar.<sup>3</sup> 2) **Petugas kesehatan** – Hambatan lain yang harus diatasi untuk memastikan kesadaran yang lebih besar adalah pendidikan dokter yang lebih terfokus, karena dokter bertanggung jawab atas kondisi medis pasien<sup>4</sup>, 3) **Para pembuat kebijakan kesehatan masyarakat** – PGK adalah ancaman kesehatan masyarakat global tetapi biasanya kurang dalam agenda kesehatan pemerintah dengan komitmen politik pada program penyakit tidak menular yang berkonsentrasi terutama pada empat penyakit utama – penyakit kardiovaskular, kanker, diabetes dan penyakit pernafasan kronis. Kesenjangan pengetahuan ini menghambat perjuangan melawan penyakit ginjal, dan meningkatkan kematian akibat penyakit ginjal<sup>5</sup>.

Hari Ginjal Sedunia 2022 mengangkat tema “*Kidney Health for All: Bridge the Knowledge gap to Better Kidney Care*” yang secara spesifik mengajak seluruh lapisan masyarakat untuk bekerja sama dalam menjembatani kesenjangan pengetahuan untuk kesehatan ginjal yang lebih baik, selain itu juga secara aktif mengetahui apa tindakan kesehatan ginjal mereka sendiri. Misalnya, berapa tekanan darahnya dan apa tujuan pengobatannya. Kampanye tahun ini berfokus pada upaya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran akan kesehatan ginjal dengan meningkatkan literasi kesehatan ginjal. Selain seluruh lapisan masyarakat, juga melibatkan komunitas ginjal di seluruh dunia – dokter, peneliti, perawat dan penyedia layanan kesehatan lainnya, pasien, administrator, pakar kebijakan kesehatan, pejabat pemerintah, organisasi nefrologi, dan yayasan. Semua perlu menyadari bagaimana perhatian lebih pada ginjal dalam penetapan kebijakan pemerintah dapat membawa manfaat besar baik bagi pasien maupun anggaran perawatan kesehatan<sup>6</sup>.

Literasi kesehatan didefinisikan sebagai sejauh mana orang dan organisasi memiliki – atau secara adil memungkinkan individu



untuk memiliki – kemampuan untuk menemukan, memahami, dan menggunakan informasi dan layanan untuk menginformasikan keputusan terkait kesehatan dan tindakan untuk diri sendiri dan orang lain. Tidak hanya ada penguasaan yang berkembang tentang peran literasi kesehatan dalam menentukan *outcomes* untuk orang yang terkena penyakit ginjal dan masyarakat pada umumnya, tetapi ada keharusan yang mendesak bagi pembuat kebijakan di seluruh dunia untuk diberi informasi dan menyadari peluang dan hasil nyata yang terukur yang dapat dicapai melalui strategi pencegahan spesifik untuk penyakit ginjal.<sup>7</sup>

Peringatan Hari Ginjal sedunia 2022 juga menyoroti perlunya strategi untuk pencegahan dan pengelolaan penyakit ginjal. Hal ini juga mendorong orang untuk memilih pemeriksaan rutin dan membuat perubahan untuk gaya hidup sehat, seperti mendorong skrining sistematis semua pasien dengan diabetes dan hipertensi untuk Penyakit Ginjal Kronis (PGK), mendorong perilaku pencegahan, mendidik semua profesional medis tentang peran kunci mereka dalam mendeteksi dan mengurangi risiko PGK, menekankan peran penting otoritas kesehatan lokal dan nasional dalam mengendalikan epidemi PGK, semua pemerintah didorong untuk mengambil tindakan dan

berinvestasi dalam pemeriksaan ginjal, dan mendorong transplantasi ginjal serta tindakan donasi organ sebagai inisiatif penyelamatan jiwa.

Literasi kesehatan yang rendah terjadi di semua negara tanpa memandang status pendapatan; karenanya, strategi sederhana dan berbiaya rendah kemungkinan akan efektif. Komunikasi, kewaspadaan universal, dan pengajaran ulang dapat dilaksanakan oleh semua anggota tim perawatan kesehatan ginjal. Melalui visi ini, organisasi ginjal akan memimpin peralihan ke perawatan yang berpusat pada pasien, dukungan untuk mitra perawatan, dampak kesehatan, dan beban sosial global perawatan kesehatan ginjal.<sup>7</sup> MD

#### Daftar Pustaka

1. Foreman, K. J. et al. Forecasting life expectancy, years of life lost, and all-cause and cause-specific mortality for 250 causes of death: reference and alternative scenarios for 2016–40 for 195 countries and territories. *Lancet* 2018; 392, 2052–2090
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Ministry of Health Republic Of Indonesia). Potret sehat dari Riskesdas 2018. 2018.
3. Tao Li et al. Kidney health for everyone everywhere—from prevention to detection and equitable access to care. *Kidney International* (2020) 97, 226–232;
4. Zadeh et al. Living well with kidney disease by patient and care-partner empowerment: kidney health for everyone everywhere. *Kidney International* (2021) 99, 278–284.
5. Shah et al. The third World Kidney Day: Looking back and thinking forward. *Kidney International* (2008) 73, 372–374.
6. Couser et al. A call to action on World Kidney Day. *Kidney International* (2007) 71, 369–370.
7. Langham et al. Kidney Health for All: Bridging the Gap in Kidney Health Education and Literacy. *Am J Nephrol* 2022.

