

Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Tentang Pencegahan Penyakit Ginjal dengan Pola Hidup Sehat Terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa di SMP Negeri 1 Pancur Batu, Kabupaten Deli Serdang

Irfan Sazali Nasution^{1*}, Fitriya Ramadani², Ainun Jariyah³, Nurul Amalia⁴, Ulfa Zuhaida Lubis⁵, Nezza Syaira P⁶, Reghyna Makruf Nasution⁷, Azmi Muammar Lubis⁸

^{1,2,3,4,5,6,7,8} Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Jl. Lap. Golf No.120, Kp. Tengah, Kec. Pancur Batu, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara.
 E-mail: irfan1100000177@uinsu.ac.id

*Corresponding Author



<https://doi.org/10.31004/jerkin.v5i1.7001>

ARTICLE INFO

Article history:

Received: 28 Jun 2026

Revised: 04 Jul 2026

Accepted: 10 Jul 2026

Kata Kunci:

Penyakit Ginjal Kronik, Penyuluhan Kesehatan, Pengetahuan Remaja, Pola Hidup Sehat, Promosi Kesehatan Sekolah.

Keywords:

Chronic Kidney Disease, Health Education, Adolescent Knowledge, Healthy Lifestyle, School Health Promotion.



ABSTRACT

Penyakit ginjal kronik (PGK) merupakan salah satu penyakit tidak menular yang kasusnya terus meningkat secara signifikan di Indonesia, sehingga upaya pencegahan melalui edukasi kesehatan sejak dini menjadi sangat penting. Remaja merupakan kelompok sasaran strategis karena kebiasaan hidup yang terbentuk pada usia ini cenderung bertahan hingga dewasa. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan dan mengevaluasi pengetahuan siswa mengenai pencegahan penyakit ginjal melalui penerapan pola hidup sehat setelah diberikan penyuluhan kesehatan di SMP Negeri 1 Pancur Batu, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara. Kegiatan ini menggunakan pendekatan *pre-experimental* dengan desain *one-group pre-test-post-test* dan melibatkan 26 siswa kelas VIII-II yang dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Intervensi dilaksanakan pada tanggal 4 April 2025 melalui penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah interaktif berbantuan media PowerPoint, yang dipadukan dengan kegiatan *ice breaking* dan kuis berhadiah sebagai penguatan materi. Instrumen evaluasi berupa kuesioner terstruktur yang terdiri atas 10 butir pertanyaan pilihan ganda yang mencakup fungsi ginjal, pengertian penyakit ginjal kronik, faktor risiko, gejala klinis, serta upaya pencegahannya. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang bermakna, yaitu rata-rata skor pre-test sebesar 87,69 meningkat menjadi 98,08 pada post-test dengan selisih peningkatan sebesar 10,39 poin (10,4%). Sebanyak 20 dari 26 siswa (76,9%) memperoleh nilai sempurna (100) setelah mengikuti penyuluhan, dan tidak terdapat peserta yang memperoleh nilai di bawah 90 pada post-test. Temuan ini menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan melalui metode ceramah interaktif yang didukung media PowerPoint, *ice breaking*, dan kuis edukatif efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan ginjal pada remaja. Oleh karena itu, kegiatan penyuluhan kesehatan berbasis sekolah direkomendasikan untuk dilaksanakan secara berkelanjutan dan diintegrasikan ke dalam program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) sebagai salah satu upaya promotif dan preventif dalam mencegah penyakit ginjal kronik sejak usia remaja.

Chronic kidney disease (CKD) is one of the non-communicable diseases with a steadily increasing prevalence in Indonesia, highlighting the importance of early health education as a preventive strategy. Adolescents represent a strategic target group because healthy lifestyle habits established during this period are likely to persist into adulthood. This community service activity aimed to improve and evaluate students' knowledge regarding the prevention of chronic kidney disease through healthy lifestyle practices following a health education intervention at SMP Negeri 1 Pancur Batu, Deli Serdang Regency, North Sumatra. The activity employed a pre-experimental one-group pre-test-post-test design involving 26 eighth-grade students selected using a total sampling technique. The intervention was conducted on April 4, 2025, through an interactive health education session supported by PowerPoint presentations, combined with ice-breaking activities and educational quizzes as reinforcement. Knowledge was evaluated using a structured questionnaire consisting of 10 multiple-choice questions covering kidney function, the definition of

chronic kidney disease, risk factors, clinical manifestations, and preventive measures. The results demonstrated a significant improvement in students' knowledge, with the mean pre-test score increasing from 87.69 to 98.08 in the post-test, representing an average increase of 10.39 points (10.4%). Furthermore, 20 of the 26 students (76.9%) achieved a perfect score of 100 after the educational intervention, and no participant scored below 90 on the post-test. These findings indicate that interactive health education supported by PowerPoint media, ice-breaking activities, and educational quizzes was effective in improving adolescents' knowledge of chronic kidney disease prevention. Therefore, school-based health education programs are recommended to be implemented continuously and integrated into the School Health Unit (UKS) program as part of promotive and preventive efforts to reduce the risk of chronic kidney disease among adolescents.



This is an open access article under the CC-BY-SA license.

How to Cite: Irfan Sazali Nasution, et al. (2026), Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Tentang Pencegahan Penyakit Ginjal dengan Pola Hidup Sehat Terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa di SMP Negeri 1 Pancur Batu, Kabupaten Deli Serdang, 5(1). <https://doi.org/10.31004/jerkin.v5i1.7001>

PENDAHULUAN

Ginjal merupakan organ vital yang memiliki peran utama dalam mempertahankan keseimbangan internal tubuh (*homeostasis*). Organ berpasangan ini berfungsi dalam proses filtrasi darah, pengaturan cairan dan elektrolit, menjaga keseimbangan asam-basa, serta mengontrol tekanan darah melalui sistem renin-angiotensin-aldosteron. Selain itu, ginjal juga menghasilkan hormon eritropoietin yang berperan dalam pembentukan sel darah merah. Apabila terjadi gangguan fungsi ginjal, maka dapat menimbulkan dampak sistemik yang serius pada berbagai sistem organ tubuh (Anggraini, 2022).

Penyakit ginjal kronik (PGK) atau *chronic kidney disease* (CKD) merupakan kondisi klinis yang ditandai oleh penurunan fungsi ginjal secara progresif dan bersifat ireversibel. Kondisi ini tidak hanya berdampak terhadap kualitas hidup penderita, tetapi juga menimbulkan beban ekonomi yang besar bagi sistem pelayanan kesehatan. World Health Organization (WHO) memperkirakan bahwa PGK memengaruhi sekitar 10–15% populasi orang dewasa di dunia, dan prevalensinya terus meningkat seiring dengan tingginya angka kejadian hipertensi, diabetes melitus, serta obesitas (World Health Organization, 2023).

Di Indonesia, beban PGK juga terus mengalami peningkatan. Data BPJS Kesehatan menunjukkan bahwa jumlah pasien yang menjalani terapi hemodialisis meningkat dari 63.489 pasien pada tahun 2022 menjadi 134.057 pasien pada tahun 2024. Pembiayaan pelayanan hemodialisis juga meningkat dari Rp6,5 triliun pada tahun 2019 menjadi sekitar Rp11 triliun pada tahun 2024 sehingga menjadikan PGK sebagai salah satu penyakit tidak menular dengan beban pembiayaan terbesar di Indonesia (Alya et al., 2025). Selain itu, Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 melaporkan prevalensi PGK nasional sebesar 0,38% atau lebih dari 700.000 kasus, dan angka tersebut diperkirakan terus meningkat seiring bertambahnya faktor risiko di masyarakat (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Faktor risiko PGK terdiri atas faktor yang tidak dapat dimodifikasi, seperti usia, jenis kelamin, dan faktor genetik, serta faktor yang dapat dimodifikasi, seperti hipertensi, diabetes melitus, obesitas, pola makan tidak sehat, konsumsi makanan ultra-proses, kurangnya aktivitas fisik, dan penggunaan obat tanpa pengawasan medis. Wulandari dan Fairuz (2024) melaporkan bahwa diabetes melitus merupakan faktor risiko paling dominan terhadap kejadian PGK, diikuti hipertensi. Temuan tersebut diperkuat oleh Fajarini et al. (2025) yang menunjukkan adanya hubungan bermakna antara diabetes melitus, hipertensi, dan kejadian gagal ginjal di Indonesia.

Salah satu tantangan dalam upaya pencegahan PGK adalah penyakit ini sering tidak menimbulkan gejala pada tahap awal sehingga banyak penderita baru terdiagnosis ketika fungsi ginjal telah mengalami penurunan yang signifikan. Kondisi tersebut menyebabkan penanganan menjadi lebih kompleks, membutuhkan biaya yang tinggi, serta memiliki prognosis yang lebih buruk. Oleh karena itu, peningkatan literasi kesehatan masyarakat melalui edukasi menjadi salah satu strategi penting dalam pencegahan penyakit ginjal kronik (Tirta et al., 2025).

Rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan ginjal dan penerapan pola hidup sehat juga menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap meningkatnya kejadian PGK. Ramatillah et al. (2024) melaporkan bahwa rendahnya literasi kesehatan berkaitan dengan meningkatnya risiko penyakit ginjal kronik sehingga diperlukan upaya promotif dan preventif melalui kegiatan edukasi kesehatan yang berkesinambungan.

Remaja merupakan kelompok yang sangat potensial untuk menerima edukasi kesehatan karena kebiasaan hidup yang terbentuk pada masa ini cenderung berlanjut hingga dewasa. Oleh sebab itu, pemberian edukasi mengenai pola hidup sehat dan pencegahan penyakit ginjal sejak usia sekolah diharapkan mampu membentuk perilaku hidup sehat yang berkelanjutan serta menurunkan risiko terjadinya PGK pada masa mendatang.

Berbagai kegiatan edukasi kesehatan telah menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai pencegahan penyakit ginjal. Musa et al. (2022) melaporkan adanya peningkatan pengetahuan remaja setelah mengikuti penyuluhan kesehatan, sedangkan kegiatan edukasi yang dilaksanakan oleh Poltekkes Kemenkes Kendari (2025) juga menunjukkan peningkatan pemahaman siswa mengenai gagal ginjal kronik setelah diberikan penyuluhan dan skrining proteinuria.

Di sisi lain, meningkatnya konsumsi makanan cepat saji dan minuman tinggi gula pada remaja menjadi perhatian karena dapat meningkatkan risiko obesitas dan gangguan metabolik yang berkontribusi terhadap terjadinya PGK. Dharmapatni et al. (2024) serta Marendra et al. (2022) menjelaskan bahwa pola konsumsi makanan cepat saji memiliki hubungan dengan meningkatnya risiko obesitas. Selain itu, Rachmawati (2023) menyimpulkan bahwa konsumsi *ultra-processed food* (UPF) berkaitan dengan peningkatan risiko gangguan fungsi ginjal melalui berbagai mekanisme metabolik.

Meskipun berbagai kegiatan edukasi mengenai kesehatan ginjal telah banyak dilaksanakan, implementasi penyuluhan kesehatan mengenai pencegahan penyakit ginjal kronik pada siswa sekolah menengah pertama, khususnya di Kabupaten Deli Serdang, masih relatif terbatas. Padahal, penyampaian materi melalui metode ceramah interaktif yang dipadukan dengan media PowerPoint, *ice breaking*, dan kuis edukatif berpotensi meningkatkan partisipasi serta pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan.

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan siswa SMP Negeri 1 Pancur Batu mengenai pencegahan penyakit ginjal kronik melalui penerapan pola hidup sehat. Kegiatan ini diharapkan dapat mendukung peningkatan literasi kesehatan ginjal pada remaja sekaligus menjadi salah satu bentuk penguatan program promosi kesehatan di lingkungan sekolah.

Adapun tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah: (1) meningkatkan dan mengevaluasi pengetahuan siswa mengenai penyakit ginjal kronik serta upaya pencegahannya sebelum dan sesudah penyuluhan kesehatan; (2) mengevaluasi efektivitas metode ceramah interaktif berbantuan media PowerPoint dalam meningkatkan literasi kesehatan ginjal pada remaja; dan (3) memberikan rekomendasi bagi pengembangan program edukasi kesehatan berbasis sekolah sebagai upaya promotif dan preventif dalam pencegahan penyakit ginjal kronik sejak usia remaja.

METODE

Desain dan Lokasi Kegiatan Pengabdian

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pre-experimental one-group pre-test-post-test. Desain tersebut diterapkan untuk mengevaluasi perubahan tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah memperoleh intervensi berupa penyuluhan kesehatan tanpa melibatkan kelompok kontrol. Pendekatan ini banyak digunakan dalam evaluasi program promosi kesehatan karena mampu memberikan gambaran mengenai efektivitas edukasi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan peserta pada situasi nyata di lingkungan sekolah (Rohmatika & Yuliani, 2023).

Pemilihan desain tersebut didasarkan pada kemampuannya dalam membandingkan kondisi awal dan kondisi setelah pelaksanaan penyuluhan pada kelompok peserta yang sama sehingga perubahan tingkat pengetahuan dapat diamati secara langsung. Oleh karena itu, desain ini dinilai sesuai untuk mengevaluasi capaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berfokus pada peningkatan literasi kesehatan. Kegiatan pengabdian dilaksanakan pada 4 April 2025 di SMP Negeri 1 Pancur Batu, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara. Penentuan lokasi dilakukan berdasarkan hasil koordinasi

dengan pihak sekolah serta mempertimbangkan masih terbatasnya edukasi mengenai pencegahan penyakit ginjal melalui penerapan pola hidup sehat pada siswa sekolah menengah pertama.

Sasaran dan Peserta Kegiatan

Sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah siswa kelas VIII-2 SMP Negeri 1 Pancur Batu, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara. Kelompok sasaran tersebut dipilih karena remaja merupakan fase yang tepat untuk menanamkan pengetahuan mengenai pencegahan penyakit ginjal kronik melalui penerapan pola hidup sehat, sehingga diharapkan mampu membentuk perilaku kesehatan yang berkelanjutan sejak usia dini.

Peserta kegiatan berjumlah 26 siswa yang seluruhnya berasal dari kelas VIII-2 SMP Negeri 1 Pancur Batu. Penentuan peserta dilakukan menggunakan teknik total sampling, sehingga seluruh siswa pada kelas tersebut dilibatkan sebagai peserta kegiatan. Teknik ini dipilih karena jumlah sasaran relatif sedikit sehingga seluruh anggota populasi dapat diikutsertakan dalam kegiatan. Seluruh peserta mengikuti seluruh rangkaian kegiatan, mulai dari pengisian pre-test, penyuluhan kesehatan, hingga post-test, sehingga tingkat partisipasi mencapai 100% tanpa adanya peserta yang mengundurkan diri maupun kehilangan data (*missing data*). Pelibatan seluruh siswa diharapkan dapat memberikan kesempatan yang sama bagi seluruh peserta untuk memperoleh edukasi kesehatan sekaligus mempermudah proses evaluasi hasil kegiatan.

Instrumen dan Pengumpulan Data

Instrumen Evaluasi kegiatan pengabdian menggunakan instrumen berupa kuesioner pengetahuan yang terdiri atas 10 butir pertanyaan pilihan ganda. Instrumen tersebut disusun untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta mengenai penyakit ginjal kronik yang meliputi fungsi ginjal, pengertian penyakit ginjal kronik, faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi, serta upaya pencegahan melalui penerapan pola hidup sehat.

Setiap jawaban benar diberikan skor 10, sedangkan jawaban salah diberi skor 0, sehingga nilai maksimum yang dapat diperoleh peserta adalah 100. Kuesioner yang sama digunakan pada saat pre-test maupun post-test untuk memperoleh gambaran perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti penyuluhan kesehatan. Penggunaan instrumen yang sama pada kedua tahap evaluasi bertujuan menjaga konsistensi pengukuran sehingga perubahan skor yang diperoleh benar-benar mencerminkan dampak kegiatan edukasi yang telah diberikan (Suryani et al., 2023).

Pengumpulan data dilakukan dalam satu kali pelaksanaan kegiatan. Sebelum penyampaian materi, seluruh peserta diminta mengisi kuesioner pre-test sebagai pengukuran tingkat pengetahuan awal. Setelah penyuluhan selesai dilaksanakan, peserta kembali mengisi post-test menggunakan instrumen yang sama untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan setelah memperoleh edukasi kesehatan.

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan secara bertahap dan sistematis. Tahap pertama diawali dengan pembukaan kegiatan, pengenalan tim pelaksana, serta penyampaian tujuan dan rangkaian kegiatan kepada seluruh peserta selama kurang lebih 10 menit. Selanjutnya peserta mengisi kuesioner pre-test selama sekitar 5 menit untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal mengenai penyakit ginjal kronik dan upaya pencegahannya.

Tahap berikutnya berupa penyuluhan kesehatan menggunakan metode ceramah interaktif yang didukung media PowerPoint. Materi yang disampaikan meliputi fungsi ginjal, pengertian penyakit ginjal kronik, faktor risiko, tanda dan gejala, dampak penyakit, serta langkah-langkah pencegahan melalui penerapan pola hidup sehat. Penyampaian materi berlangsung selama kurang lebih 20 menit. Penggunaan media visual dalam penyuluhan kesehatan diketahui mampu meningkatkan perhatian, pemahaman, serta daya ingat peserta terhadap materi yang disampaikan sehingga proses edukasi menjadi lebih efektif (Kurniawati et al., 2024).

Setelah penyampaian materi selesai, kegiatan dilanjutkan dengan sesi ice breaking selama sekitar 10 menit untuk meningkatkan konsentrasi, semangat, dan partisipasi peserta. Selanjutnya peserta mengerjakan post-test menggunakan kuesioner yang sama selama kurang lebih 5 menit sebagai bentuk evaluasi terhadap perubahan pengetahuan setelah mengikuti penyuluhan. Sebagai penguatan materi, kegiatan diakhiri dengan kuis edukatif berhadiah selama sekitar 15 menit untuk mengulang kembali materi yang telah disampaikan sekaligus meningkatkan antusiasme peserta. Secara keseluruhan, rangkaian kegiatan berlangsung selama kurang lebih 65 menit.

Analisis Data

Data hasil pre-test dan post-test dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk menggambarkan tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah mengikuti penyuluhan kesehatan. Analisis meliputi perhitungan nilai rata-rata (mean), simpangan baku (standard deviation), nilai minimum, nilai maksimum, serta persentase peningkatan skor pengetahuan peserta setelah kegiatan pengabdian dilaksanakan.

Sebelum dilakukan analisis perbedaan skor, data terlebih dahulu diuji normalitas menggunakan Shapiro–Wilk Test karena jumlah peserta kurang dari 50 orang. Apabila hasil uji menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$), maka analisis dilanjutkan menggunakan Wilcoxon Signed-Rank Test dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$ untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah mengikuti penyuluhan kesehatan. Uji Wilcoxon merupakan metode statistik nonparametrik yang sesuai digunakan pada desain one-group pre-test–post-test ketika data tidak memenuhi asumsi normalitas (Anggraini et al., 2025; Rizki et al., 2023).

Selain menguji signifikansi perbedaan skor, besarnya pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan peserta juga dihitung menggunakan effect size (r) berdasarkan hasil uji Wilcoxon. Nilai effect size digunakan untuk menunjukkan kekuatan pengaruh intervensi edukasi yang diberikan. Seluruh hasil analisis selanjutnya disajikan dalam bentuk tabel dan uraian naratif sehingga dapat memberikan gambaran yang komprehensif mengenai efektivitas kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan siswa tentang pencegahan penyakit ginjal melalui penerapan pola hidup sehat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Peserta Kegiatan

Peserta dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berjumlah 26 siswa kelas VIII-II SMP Negeri 1 Pancur Batu yang mengikuti seluruh rangkaian penyuluhan kesehatan mulai dari pre-test, penyampaian materi, hingga post-test. Seluruh peserta berpartisipasi secara aktif sehingga tingkat keikutsertaan dalam kegiatan mencapai 100%.

Peserta berada pada rentang usia 13–15 tahun, yang termasuk kategori remaja awal. Kelompok usia ini merupakan sasaran yang tepat untuk pelaksanaan edukasi kesehatan karena pada fase tersebut mulai terbentuk pengetahuan, sikap, dan kebiasaan hidup yang akan memengaruhi kondisi kesehatan pada masa dewasa. Oleh karena itu, pemberian penyuluhan mengenai pencegahan penyakit ginjal melalui penerapan pola hidup sehat diharapkan dapat meningkatkan literasi kesehatan sekaligus mendorong terbentuknya perilaku hidup sehat sejak dini.

Hasil Pre-Test dan Post-Test

Tabel 1. menyajikan data hasil pre-test dan post-test seluruh responden secara individual.

No.	Nama Siswa	Pre-Test	Post-Test
1	Zigi Prasetyo	80	90
2	Revaldi Pratama	90	100
3	M Zaidan	80	90
4	Clarisa Br. Ginting	90	100
5	Gracya Aurora H.	90	100
6	Siti Arsila Br. G.	90	100
7	Fahri Nugraha	90	100
8	Alvano Nugraha	90	100
9	Gio Syahbani	90	100
10	Aditya	90	100
11	Ariza Andini	80	90
12	Aulia Zahra	80	90
13	Cleo Patra Singgarimbun	90	100
14	Zaidan Wahki M.	90	100
15	Adel Natalia	90	100
16	Anora Gracelia	90	100
17	Nuzri Rahmadani	90	100
18	Tri Artika Sari	90	100
19	Al-Zahara	90	100

20	Rezky	90	100
21	Jeremia	90	100
22	Juan	90	100
23	Tiffano	90	100
24	Johanes	80	100
25	Reno	90	100
26	Alvino	90	100
Rata-rata		87,69	98,08
Nilai Minimum		80	90
Nilai Maksimum		90	100

Sumber: Data Primer Penyuluhan Kesehatan, April 2025

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa dari 26 siswa yang menjadi peserta kegiatan pengabdian, nilai rata-rata pre-test sebesar 87,69, dengan nilai minimum 80 dan nilai maksimum 90. Setelah mengikuti penyuluhan kesehatan, nilai rata-rata post-test meningkat menjadi 98,08, dengan nilai minimum 90 dan nilai maksimum 100. Terjadi peningkatan rata-rata skor pengetahuan sebesar 10,39 poin atau 10,4%, yang menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan kesehatan yang dilaksanakan efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pencegahan penyakit ginjal melalui penerapan pola hidup sehat.

Distribusi Nilai Post-Test

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Nilai Post-Test Siswa

Nilai	Frekuensi (n)	Persentase (%)	Kategori
100	20	76,9%	Sangat Baik
90	6	23,1%	Baik
Total	26	100%	-

Sumber: Data Primer Penyuluhan Kesehatan, April 2025

Berdasarkan Tabel 2, dari 26 peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian, sebanyak 20 siswa (76,9%) memperoleh nilai 100 pada post-test, sedangkan 6 siswa (23,1%) memperoleh nilai 90. Tidak terdapat peserta yang memperoleh nilai di bawah 90 setelah mengikuti penyuluhan kesehatan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan kesehatan yang telah dilaksanakan mampu meningkatkan pemahaman peserta mengenai pencegahan penyakit ginjal melalui penerapan pola hidup sehat secara optimal.

Pembahasan: Efektivitas Metode Penyuluhan terhadap Peningkatan Pengetahuan

Hasil evaluasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan mengenai pencegahan penyakit ginjal kronik melalui penerapan pola hidup sehat mampu meningkatkan pengetahuan peserta secara nyata. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 87,69 pada pre-test menjadi 98,08 pada post-test, dengan kenaikan sebesar 10,39 poin. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan yang diberikan berhasil meningkatkan literasi kesehatan peserta mengenai upaya pencegahan penyakit ginjal sejak usia remaja.

Temuan ini sejalan dengan hasil kegiatan pengabdian yang dilaporkan Lestari et al. (2024), yang menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan menggunakan metode ceramah interaktif di lingkungan sekolah mampu meningkatkan pengetahuan remaja secara signifikan setelah mengikuti kegiatan edukasi. Hasil tersebut memperlihatkan bahwa pendekatan edukasi berbasis sekolah masih menjadi strategi yang efektif dalam mendukung promosi kesehatan pada kelompok usia remaja.

Keberhasilan peningkatan pengetahuan pada kegiatan ini juga didukung oleh penggunaan media PowerPoint sebagai sarana penyampaian materi. Penyajian informasi dalam bentuk visual memudahkan peserta memahami konsep-konsep yang bersifat abstrak, seperti fungsi ginjal, proses terjadinya penyakit ginjal kronik, faktor risiko, serta langkah-langkah pencegahannya. Pemanfaatan media visual dalam kegiatan edukasi diketahui mampu meningkatkan perhatian, pemahaman, dan retensi informasi sehingga materi yang disampaikan lebih mudah dipahami oleh peserta.

Hal tersebut didukung oleh Pratiwi et al. (2023) yang menyatakan bahwa penggunaan media pembelajaran berbasis visual pada kegiatan edukasi kesehatan memberikan peningkatan pemahaman yang lebih baik dibandingkan metode ceramah tanpa media pendukung. Kombinasi informasi verbal

Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Tentang Pencegahan Penyakit Ginjal dengan Pola Hidup Sehat Terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa di SMP Negeri 1 Pancur Batu, Kabupaten Deli Serdang, Irfan Sazali Nasution, Fitriya Ramadani, Ainun Jariyah, Nurul Amalia, Ulfa Zuhaida Lubis, Nezza Syaira P, Reghyna Makruf Nasution, Azmi Muammar Lubis 831

dan visual memungkinkan peserta memproses informasi melalui dua jalur kognitif secara bersamaan sehingga materi lebih mudah dipahami dan diingat.

Selain penyampaian materi, pelaksanaan ice breaking juga memberikan kontribusi terhadap keberhasilan kegiatan. Aktivitas tersebut membantu menjaga konsentrasi peserta, mengurangi kejenuhan selama proses pembelajaran, serta menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan. Kondisi tersebut mendorong peserta untuk lebih aktif mengikuti penyuluhan sehingga proses penyampaian materi berlangsung lebih efektif.

Sebagai penguatan materi, kegiatan diakhiri dengan kuis edukatif berhadiah yang bertujuan mengulang kembali materi yang telah disampaikan. Kegiatan ini membantu memperkuat daya ingat peserta terhadap informasi yang diperoleh selama penyuluhan. Temuan tersebut sejalan dengan Siregar et al. (2024) yang menjelaskan bahwa metode kuis edukatif dapat meningkatkan retensi pengetahuan siswa karena peserta terdorong untuk mengingat kembali materi yang telah dipelajari.

Pembahasan: Karakteristik Sasaran dan Relevansi Kegiatan

Pemilihan siswa sekolah menengah pertama sebagai sasaran kegiatan didasarkan pada pertimbangan bahwa masa remaja merupakan periode yang penting dalam pembentukan pengetahuan, sikap, dan perilaku hidup sehat. Kebiasaan yang mulai terbentuk pada fase ini cenderung berlanjut hingga usia dewasa, sehingga edukasi kesehatan sejak dini memiliki peran penting sebagai upaya promotif dan preventif terhadap penyakit tidak menular, termasuk penyakit ginjal kronik.

Nilai rata-rata pre-test yang relatif tinggi (87,69) menunjukkan bahwa sebagian peserta telah memiliki pengetahuan dasar mengenai kesehatan ginjal. Pengetahuan awal tersebut kemungkinan diperoleh melalui pembelajaran di sekolah, media digital, maupun lingkungan keluarga dan sosial. Meskipun demikian, hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan skor setelah penyuluhan, yang mengindikasikan bahwa kegiatan edukasi tetap mampu memperkuat pemahaman peserta melalui penyampaian informasi yang lebih sistematis dan berbasis ilmiah.

Temuan ini didukung oleh Yuliani et al. (2023) yang menyatakan bahwa meskipun remaja telah memperoleh informasi kesehatan dari berbagai media, penyuluhan kesehatan secara langsung tetap diperlukan untuk meluruskan kesalahan persepsi serta memperkuat pemahaman yang benar. Oleh karena itu, pelaksanaan penyuluhan kesehatan di lingkungan sekolah masih memiliki peran yang penting dalam meningkatkan literasi kesehatan remaja.

Pembahasan: Faktor Pendukung Keberhasilan Kegiatan

Keberhasilan kegiatan penyuluhan kesehatan dipengaruhi oleh beberapa faktor pendukung. Pertama, materi yang disampaikan berkaitan langsung dengan kebiasaan sehari-hari peserta, seperti pentingnya mengonsumsi air putih dalam jumlah yang cukup, membatasi konsumsi minuman berpemanis dan minuman berenergi, mengurangi makanan tinggi natrium, serta membiasakan aktivitas fisik secara teratur. Keterkaitan materi dengan kehidupan sehari-hari membuat informasi lebih mudah dipahami sekaligus lebih mudah diterapkan oleh peserta.

Kedua, penyampaian materi dilakukan oleh mahasiswa sebagai tim pelaksana dengan menggunakan bahasa yang sederhana, komunikatif, dan sesuai dengan karakteristik remaja. Pendekatan tersebut menciptakan suasana belajar yang lebih akrab sehingga peserta lebih leluasa bertanya dan berdiskusi selama kegiatan berlangsung.

Ketiga, dukungan dari pihak sekolah, khususnya guru pendamping, turut berkontribusi terhadap kelancaran pelaksanaan kegiatan. Lingkungan belajar yang kondusif memungkinkan seluruh rangkaian penyuluhan berjalan secara tertib, interaktif, dan sesuai dengan tujuan yang telah direncanakan.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan Sari et al. (2024) yang menjelaskan bahwa keberhasilan komunikasi kesehatan dipengaruhi oleh penggunaan bahasa yang mudah dipahami, kedekatan antara penyampai dan penerima informasi, serta kesesuaian materi dengan kebutuhan sasaran. Selain itu, Pratama et al. (2023) juga menyatakan bahwa pendekatan edukasi yang melibatkan mahasiswa atau edukator sebaya mampu meningkatkan penerimaan informasi kesehatan pada remaja karena menciptakan suasana komunikasi yang lebih terbuka dan tidak menimbulkan jarak psikologis.

Pembahasan: Implikasi terhadap Program Promosi Kesehatan di Sekolah

Hasil kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan mengenai pencegahan penyakit ginjal melalui penerapan pola hidup sehat dapat menjadi salah satu strategi dalam meningkatkan pengetahuan siswa. Oleh karena itu, materi mengenai kesehatan ginjal dapat dipertimbangkan untuk diintegrasikan ke dalam program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif terhadap penyakit tidak menular.

Pelaksanaan penyuluhan kesehatan sebaiknya tidak hanya dilakukan satu kali, tetapi dirancang secara berkelanjutan agar mampu memberikan dampak yang lebih besar terhadap pembentukan perilaku hidup sehat pada peserta didik. Putri et al. (2024) menyatakan bahwa kegiatan edukasi yang dilaksanakan secara berkala di lingkungan sekolah lebih efektif dalam membentuk kebiasaan hidup sehat dibandingkan kegiatan yang bersifat insidental.

Keberhasilan program edukasi kesehatan juga memerlukan kolaborasi antara sekolah, tenaga kesehatan, perguruan tinggi, dan pemerintah daerah. Dukungan guru sebagai pendamping selama kegiatan berlangsung menjadi salah satu faktor penting dalam menjaga keberlanjutan program kesehatan di lingkungan sekolah.

Selain itu, Yuliani et al. (2023) menegaskan bahwa lingkungan sekolah dan keluarga memiliki peran yang saling melengkapi dalam membentuk perilaku kesehatan remaja. Oleh karena itu, keterlibatan orang tua dalam memberikan penguatan terhadap materi yang diperoleh siswa di sekolah diharapkan mampu meningkatkan keberhasilan program promosi kesehatan secara berkelanjutan.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui penyuluhan kesehatan bertema "Cegah Penyakit Ginjal dengan Pola Hidup Sehat" yang dilaksanakan di SMP Negeri 1 Pancur Batu, Kabupaten Deli Serdang, terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pencegahan penyakit ginjal kronik. Hal tersebut ditunjukkan oleh adanya peningkatan rata-rata nilai pengetahuan peserta dari 87,69 pada saat *pre-test* menjadi 98,08 pada *post-test*. Sebagian besar peserta, yaitu 20 dari 26 siswa (76,9%), berhasil memperoleh nilai sempurna (100) setelah mengikuti penyuluhan, sedangkan seluruh peserta memperoleh nilai minimal 90 pada *post-test*. Hasil tersebut menunjukkan bahwa metode ceramah interaktif yang dipadukan dengan media PowerPoint, kegiatan *ice breaking*, serta kuis edukatif mampu meningkatkan pemahaman, mempertahankan antusiasme, dan memperkuat daya serap peserta terhadap materi yang disampaikan. Dengan demikian, kegiatan pengabdian ini memberikan kontribusi positif dalam mendukung upaya promotif dan preventif terhadap penyakit ginjal kronik melalui peningkatan literasi kesehatan pada remaja usia sekolah.

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan, beberapa rekomendasi dapat diajukan sebagai berikut.

1. Kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai pencegahan penyakit ginjal melalui penerapan pola hidup sehat perlu dilaksanakan secara berkelanjutan agar pengetahuan yang telah diperoleh peserta dapat berkembang menjadi perilaku hidup sehat yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.
2. Pihak sekolah diharapkan mengintegrasikan materi mengenai kesehatan ginjal ke dalam program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) atau kegiatan pendidikan kesehatan lainnya sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif di lingkungan sekolah.
3. Dinas Kesehatan dan Dinas Pendidikan Kabupaten Deli Serdang diharapkan dapat mendukung pelaksanaan program edukasi kesehatan ginjal secara berkala di sekolah melalui penyediaan materi edukasi, tenaga penyuluh, serta media pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik remaja.
4. Kegiatan pengabdian selanjutnya disarankan memanfaatkan media edukasi yang lebih bervariasi, seperti video animasi, booklet, permainan edukatif, maupun media digital interaktif, sehingga proses penyampaian informasi menjadi lebih menarik dan mampu meningkatkan retensi pengetahuan peserta.
5. Pengabdian masyarakat berikutnya juga dapat mengembangkan evaluasi yang tidak hanya mengukur peningkatan pengetahuan, tetapi juga perubahan sikap dan perilaku hidup sehat peserta setelah mengikuti kegiatan edukasi, sehingga manfaat program dapat dinilai secara lebih komprehensif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat menyampaikan apresiasi dan ucapan terima kasih kepada Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara atas dukungan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Pancur Batu, Ibu Minda Marpaung, S.Pd. selaku guru pendamping, beserta seluruh dewan guru, tenaga kependidikan, dan siswa kelas VIII-II SMP Negeri 1 Pancur Batu yang telah memberikan dukungan, fasilitas, kerja sama, serta berpartisipasi aktif selama seluruh

Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Tentang Pencegahan Penyakit Ginjal dengan Pola Hidup Sehat Terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa di SMP Negeri 1 Pancur Batu, Kabupaten Deli Serdang, Irfan Sazali Nasution, Fitriya Ramadani, Ainun Jariyah, Nurul Amalia, Ulfa Zuhaida Lubis, Nezza Syaira P, Reghyna Makruf Nasution, Azmi Muammar Lubis 833 rangkaian kegiatan pengabdian berlangsung. Dukungan dari berbagai pihak tersebut menjadi faktor penting dalam kelancaran dan keberhasilan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

REFERENSI

- Angraini, D. (2022). Aspek klinis dan pemeriksaan laboratorium penyakit ginjal kronik. *An-Nadaa: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 236–239. <https://doi.org/10.31602/ann.v9i2.9229>
- Dharmapatni, N. W. K., et al. (2024). Studi gaya hidup mahasiswa terkait faktor risiko PGK. *The Shine Cahaya Dunia S-1 Keperawatan*. <https://tscs1kep.ejournal.unan.ac.id/index.php/1/article/view/61>
- Fairuz, N., et al. (2024). Determinan penyakit ginjal kronik di Tangerang Indonesia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 16(2). <https://doi.org/10.52022/jikm.v16i2.478>
- Hidayat, T., & Kurniawati, R. (2023). Analisis efektivitas metode pretest-posttest pada penelitian kuantitatif bidang kesehatan masyarakat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 15(2), 120–128.
- Kurniawati, R., Sari, D. P., & Lestari, A. (2024). Efektivitas media PowerPoint dalam peningkatan pengetahuan remaja pada edukasi kesehatan di sekolah. *Jurnal EduHealth*, 14(1), 45–52.
- Lestari, N., Kurniawan, A., & Sari, D. (2024). Efektivitas penyuluhan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja di sekolah menengah. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 19(2). <https://doi.org/10.14710/jpki.v19i2.2024>
- Nasution, M. Z. (2025). Analisis tren pembiayaan penyakit ginjal kronik di Indonesia. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia*. <https://doi.org/10.22146/jkki.107401>
- Ningsih, H. T., Pratama, R., & Wulandari, S. (2024). Pengaruh pendidikan kesehatan dengan desain pre-experimental one group pretest-posttest terhadap pengetahuan remaja. *Mitra Raflesia Journal of Health Science*, 13(2), 89–96.
- Pratama, R., et al. (2023). Peran peer education dalam peningkatan literasi kesehatan remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*.
- Pratiwi, R., et al. (2023). Pengaruh media visual terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan pada siswa SMP. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*.
- Putri, K. A., et al. (2024). Efektivitas program edukasi kesehatan berkelanjutan di sekolah dalam perubahan perilaku remaja. *Jurnal EduHealth*.
- Rahmawati, F., Kurniawan, R., & Sari, D. P. (2023). Efektivitas ceramah interaktif terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang penyakit tidak menular. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*. <https://doi.org/10.14710/jpki.v18i2.2023>
- Rohmatika, A. N., & Yuliani, I. (2023). Efektivitas edukasi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja menggunakan desain pretest-posttest. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 3(3), 102–110. <https://doi.org/10.54082/jupin.155>
- Sari, D. P., et al. (2024). Efektivitas komunikasi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja di sekolah. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*.
- Sari, D. P., & Wahyuni, S. (2024). Penerapan total sampling dalam penelitian kesehatan berbasis sekolah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 19(1), 55–62.
- Siregar, M., et al. (2024). Efektivitas metode kuis edukatif dalam meningkatkan retensi pengetahuan siswa sekolah. *Jurnal EduHealth*.
- Sukrillah, U. A., et al. (2025). Efektivitas edukasi kesehatan dalam mencegah penyakit ginjal pada remaja. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*. <https://ejournal.upnvj.ac.id/Gantari/article/view/10740>
- Suryani, L., Putra, I. G., & Aisyah, N. (2023). Validitas instrumen kuesioner pretest-posttest pada penelitian edukasi kesehatan remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, 12(2), 77–84.
- Tirta, J., et al. (2025). Efektivitas edukasi kesehatan dan skrining proteinuria dalam deteksi dini risiko gagal ginjal kronik pada remaja. *JIPPM*. <https://doi.org/10.36990/jippm.v5i2.1783>
- Wijaya, R., & Firmansyah, A. (2023). Analisis deskriptif perubahan pengetahuan pada desain one group pretest-posttest. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 26(3), 150–158.
- Yuliani, F., et al. (2023). Literasi kesehatan remaja dan pengaruh media digital terhadap pengetahuan kesehatan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*.