

Edukasi Keluarga Pengunjung Mengenai Kebiasaan Minum-Minuman Manis Memicu Risiko Cuci Darah pada Anak di Apotek Karunia Sehat Desa Sukaraja

Widayatul Khairi^{a*}, Baiq Lenysia Puspita Anjani^b, Safwan Safwan^b, Cyntiya Rahmawati^a, Anna Pradiningsih^b, Muhammad Yusral Fahmi Rahmatullah^c

^aProgram Studi S1 Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Mataram, Indonesia

^bProgram Studi D3 Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Mataram, Indonesia

^cIkatan Apoteker Indonesia, Lombok Timur, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

* korespondensi author: widayatul@ummat.ac.id

Info Artikel

Sejarah artikel:

Dikirim: 25, Oktober 2025

Revisi: 27, Oktober 2025

Diterima: 28, Oktober

2025

Kata kunci:

Edukasi Kesehatan
Minuman Manis
Gagal Ginjal Anak
Cuci Darah
Apotek

Key word:

Health Education
Sugar-Sweetened
Beverages
Kidney Failure In
Children
Dialysis
Pharmacy

Abstrak

Konsumsi minuman manis pada anak-anak di Indonesia masih tinggi dan menimbulkan ancaman serius bagi kesehatan ginjal. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengedukasi keluarga pengunjung Apotek Karunia Sehat di Desa Sukaraja tentang hubungan antara kebiasaan mengonsumsi minuman manis dengan peningkatan risiko penyakit ginjal, yang dapat menyebabkan dialisis pada anak. Metode yang digunakan meliputi observasi awal, penyiapan media edukasi (leaflet dan spanduk), dan edukasi verbal satu per satu disertai sesi tanya jawab. Sebanyak 25 keluarga pengunjung berpartisipasi dalam kegiatan ini. Hasil evaluasi berdasarkan tanggapan peserta menunjukkan bahwa strategi edukasi langsung yang didukung oleh leaflet efektif dalam menyampaikan pesan kesehatan yang kompleks menjadi informasi yang mudah dicerna. Kombinasi edukasi verbal, leaflet, dan pemberian suplemen vitamin (sebagai alat edukasi tambahan) berhasil meningkatkan pemahaman orang tua. Kegiatan ini juga menegaskan peran strategis apotek sebagai pusat edukasi kesehatan masyarakat yang mudah diakses dan tepercaya. Disimpulkan bahwa intervensi edukasi semacam ini memiliki potensi besar untuk direplikasi dan dikembangkan lebih lanjut guna memutus rantai faktor risiko gagal ginjal sejak dini di masyarakat.

Abstract

The consumption of sugar-sweetened beverages among children in Indonesia remains elevated and poses a significant threat to renal health. This community service initiative aimed to educate visiting families at the Karunia Sehat Pharmacy in Sukaraja Village regarding the correlation between the habit of consuming sweetened drinks and the elevated risk of renal disease, which may lead to dialysis in pediatric patients. The methods utilised included initial observation, preparation of educational materials (leaflets and banners), and personalised verbal education complemented by a question-and-answer session. A total of 25 families participated in the activity. The evaluation results, based on participant feedback, indicated that the direct educational approach supported by leaflets was effective in translating complex health messages into readily understandable information. The integration of verbal instruction, leaflets, and the distribution of vitamin supplements (serving as an auxiliary educational tool) effectively enhanced parental comprehension. This initiative also reaffirmed the strategic role of the pharmacy as an accessible and reputable centre for community health education. It was concluded that such educational interventions possess substantial potential for replication and further development to proactively address early risk factors associated with kidney failure within the community.

Kutip (Cite) artikel ini

[BibTeX](#) | [EndNote/Zotero/Medelay \(RIS\)](#) | [MLA/APA/Chicago/Harvard/Vancouver](#)

Hak Cipta: © 2025 oleh penulis. Pemegang Lisensi Jurnal UMMAT, Farmasi, LPK, Mataram, NTB, Indonesia. Artikel ini merupakan artikel akses terbuka yang didistribusikan berdasarkan syarat dan ketentuan Creative Commons Attribution (CC BY) license: (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Pendahuluan

Konsumsi minuman manis (sugar-sweetened beverages) (SBB) di Indonesia masih sangat tinggi dan menjadi masalah kesehatan serius di berbagai kelompok usia, termasuk anak-anak. Minuman manis dalam bentuk teh kemasan, minuman berkarbonasi, minuman energi, dan minuman berpemanis lainnya kini sangat mudah diakses anak-anak. Hal ini diperparah dengan

iklan yang masif, kurangnya kontrol orang tua, dan rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai dampak jangka panjang konsumsi gula berlebih (Nofrika *et al.*, 2024; Sari *et al.*, 2023).

Riskesdas Kemenkes RI tahun 2018 menunjukkan bahwa rata-rata orang Indonesia mengonsumsi 15-25 sendok teh gula per hari (RI, 2018), jauh melebihi anjuran WHO yaitu maksimal 4-5 sendok teh per hari untuk anak-anak. Menurut (Kusumawati *et*

al., 2023) dan laporan Ikatan Dokter Anak Indonesia (Deswita & Wansyaputri 2023), pola makan tinggi gula meningkatkan risiko resistensi insulin, diabetes melitus tipe 2, dan menumpuk beban filtrasi pada ginjal anak yang masih dalam tahap perkembangan (Cai *et al.*, 2022).

Kerusakan ginjal pada anak tidak terjadi tiba-tiba, melainkan melalui proses panjang yang umumnya bermula dari faktor pola makan, gaya hidup, dan minimnya pengetahuan orang tua. Dalam beberapa tahun terakhir, Indonesia bahkan dihebohkan dengan lonjakan kasus gagal ginjal akut progresif atipikal pada anak (RI, 2018). Anak yang mengalami gagal ginjal harus menjalani dialisis (cuci darah) seumur hidup atau transplantasi ginjal, yang memerlukan biaya tidak tinggi dan berdampak signifikan terhadap kualitas hidup.

Apotek Karunia Sehat, sebagai fasilitas pelayanan kefarmasian di tingkat primer, dikunjungi banyak orang tua dan anak setiap harinya. Hal ini menjadi potensi besar untuk dijadikan pusat edukasi Kesehatan bagi masyarakat. Namun, hasil wawancara dan observasi awal menunjukkan belum tersedia materi edukasi khusus tentang hubungan konsumsi minuman manis dengan risiko gagal ginjal pada anak di apotek tersebut. Sebagian besar orang tua juga belum memahami tanda awal gangguan ginjal pada anak, seperti edema (bengkak), oliguria (jarang buang air kecil), atau perubahan warna urine.

Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi terpadu di Apotek Karunia Sehat ini dilaksanakan. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan orang tua, menekan kebiasaan minum manis berlebih pada anak, memotivasi pergantian kebiasaan minum dengan air putih, serta meningkatkan kewaspadaan terhadap deteksi dini masalah ginjal.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa edukasi deskriptif. Kegiatan ini merupakan hasil kolaborasi antara dosen D3 Farmasi dan Apoteker Mitra di Apotek Karunia Sehat. Yang berlokasi di Jl. Raya Keruak-Peraya, Tangun Sukaraja, Jerowaru, Kabupaten Lombok Timur, Nusa Tenggara Barat. 83672. Kegiatan dilaksanakan pada Sabtu, 30 Agustus 2015.

Partisipan dalam kegiatan ini adalah keluarga (terutama orang tua) yang berkunjung ke Apotek Karunia Sehat pada hari pelaksanaan, dengan kriteria inklusi memiliki anak usia sekolah. Sebanyak 25 keluarga bersedia berpartisipasi. Berikut teknis dan tahapan kegiatan:

1. Observasi Awal: Dilakukan untuk mengamati profil pengunjung apotek, khususnya orang tua yang membeli obat atau produk kesehatan untuk anak.
2. Persiapan Administrasi dan Media: Meliputi pengajuan surat izin kerjasama kepada Apoteker Mitra serta perancangan dan pencetakan media edukasi berupa *leaflet* dan *banner*. *Leaflet* berjudul "Waspada! Minuman Manis: Cegah Risiko Cuci Darah Pada Anak" dan *banner* dengan pesan serupa.

3. Implementasi Edukasi: Edukasi dilakukan secara lisan (*one-by-one counseling*) kepada setiap keluarga yang memenuhi kriteria. Edukasi difokuskan pada:
 - Hubungan ilmiah antara konsumsi SSB dan risiko penyakit ginjal.
 - Kandungan gula dalam berbagai minuman kemasan.
 - Tanda-tanda awal gangguan ginjal pada anak.
 - Alternatif minuman sehat (terutama air putih). Sesi edukasi dilengkapi dengan tanya jawab untuk memastikan pemahaman peserta.
4. Distribusi Media dan Suplemen: Setelah edukasi, setiap peserta diberikan satu lembar *leaflet* dan suplemen vitamin C serta B kompleks sebagai bentuk perhatian dan alat edukasi tambahan mengenai pentingnya nutrisi yang tepat.
5. Evaluasi: Evaluasi kegiatan dilakukan secara kualitatif melalui respons dan umpan balik langsung dari peserta selama sesi tanya jawab.

Hasil dan Pembahasan Kegiatan

Kegiatan edukasi kesehatan berhasil dilaksanakan dengan melibatkan 25 keluarga pengunjung Apotek Karunia Sehat. Hasil yang diperoleh dari pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut:

1. Tingkat Partisipasi: Seluruh target partisipan (25 keluarga) dapat terjangkau dan berpartisipasi aktif hingga akhir kegiatan.
2. Respon Peserta: Peserta menunjukkan antusiasme dan ketertarikan yang tinggi selama sesi edukasi berlangsung. Hal ini terlihat dari banyaknya pertanyaan yang diajukan mengenai kandungan gula dalam minuman kemasan, alternatif minuman sehat, dan cara mengenali gejala gangguan ginjal.
3. Pemanfaatan Media Edukasi: Media *leaflet* dan *banner* berfungsi efektif sebagai alat bantu visual. Peserta terlihat membaca dan memahami informasi dalam *leaflet*, dan beberapa menyatakan akan membawanya pulang untuk dipelajari lebih lanjut atau dibagikan kepada keluarga.
4. Pemberian Suplemen: Pemberian suplemen vitamin C dan B kompleks disambut positif oleh peserta dan berhasil menjadi *ice breaker* serta penguat pesan mengenai pentingnya gizi seimbang.

Aspek-aspek yang mendasari keberhasilan kegiatan sebagai berikut:

1. Efektivitas Edukasi dengan Media Brosur dalam Meningkatkan Pengetahuan

Keberhasilan kegiatan ini sejalan dengan teori promosi kesehatan yang menyatakan bahwa pendekatan langsung dan personal lebih efektif dalam mengubah pengetahuan dan sikap (Fibriana *et al.*, 2017). *Leaflet* berfungsi sebagai alat bantu visual yang mampu menyederhanakan informasi kompleks mengenai hubungan antara konsumsi minuman manis, kerusakan ginjal, dan risiko cuci darah menjadi pesan yang mudah dicerna. Menurut (Kemenkes RI, 2016), media komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE) seperti *leaflet* dan

brostur terbukti dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang perilaku hidup bersih dan sehat.

Temuan ini sejalan dengan penelitian (Romadhon *et al.*, 2024) tentang efektivitas media leaflet dalam edukasi kesehatan. Kombinasi antara edukasi verbal, media visual, dan pemberian suplemen menciptakan pengalaman belajar yang multi-sensori, sehingga pesan kesehatan lebih melekat.

2. Konteks Risiko: Minuman Manis dan Kesehatan Ginjal Anak

Pesan inti edukasi ini memiliki dasar ilmiah yang kuat. Konsumsi minuman manis yang berlebihan merupakan salah satu faktor risiko utama terjadinya obesitas pada anak dan resistensi insulin, yang merupakan gerbang menuju Diabetes Melitus Tipe 2 (Ludwig *et al.*, 2001). Diabetes dan obesitas sendiri adalah dua penyebab utama penyakit ginjal kronis (Chronic Kidney Disease/CKD) di usia dewasa. Pada tahap akhir, CKD mengharuskan pasien untuk menjalani terapi pengganti ginjal, seperti cuci darah (hemodialisis).

Sebuah studi prospektif oleh (De Koning *et al.*, 2011) menemukan bahwa peserta yang mengonsumsi minuman manis dalam porsi tinggi memiliki risiko terkena penyakit ginjal kronis 61% lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang mengonsumsi dalam porsi rendah. Edukasi yang dilakukan di Apotek Karunia Sehat berusaha memutus mata rantai risiko ini sejak dini dengan menyasar orang tua sebagai pengambil keputusan konsumsi gula dalam keluarga.

3. Peran Strategis Apotek sebagai Sentra Edukasi Kesehatan Masyarakat

Keberhasilan menjangkau 25 keluarga di lingkungan Desa Sukaraja mengonfirmasi peran strategis apotek, khususnya Apotek Karunia Sehat, sebagai mitra kesehatan yang mudah diakses dan dipercaya masyarakat. Berbeda dengan puskesmas atau rumah sakit yang mungkin memiliki kesan formal, apotek sering dikunjungi untuk keperluan kesehatan sehari-hari, sehingga menciptakan peluang untuk edukasi yang lebih santai dan personal.

Farmasis dan tenaga kefarmasian di apotek memiliki kewenangan dan kapasitas untuk memberikan Pelayanan Kefarmasian yang tidak hanya terbatas pada pengobatan, tetapi juga mencakup promosi kesehatan dan pencegahan penyakit (Fibriana *et al.*, 2017). Kolaborasi antara tenaga kesehatan dan masyarakat dalam setting apotek seperti ini merupakan bentuk operasional dari *primary health care* yang efektif.

4. Refleksi atas Jumlah Responden dan Implikasi Keberhasilan

Meskipun jumlah responden sebanyak 25 keluarga terlihat kecil, capaian ini harus dilihat dari sudut pandang kualitas interaksi dan potensi dampak berantainya. Dalam pendidikan kesehatan, pendekatan intensif kepada kelompok kecil seringkali lebih efektif dalam mengubah sikap dan niat berperilaku (*intention to change*) dibandingkan kampanye massal yang bersifat sepiantas. Keberhasilan kegiatan ini bukan semata-mata pada jumlah, tetapi pada:

- a. Tercapainya Target Sasaran yang Tepat: Keluarga dengan anak yang aktif mengonsumsi minuman manis.
 - b. Terbukanya Saluran Komunikasi: Terjalinnnya hubungan baik antara tenaga apotek dengan masyarakat untuk edukasi berkelanjutan.
 - c. Replikasi Model: Keberhasilan ini dapat menjadi model untuk replikasi di apotek-apotek lain di wilayah sekitar, sehingga secara kumulatif dapat menjangkau lebih banyak masyarakat.
- ## 5. Sinergi Edukasi, Leaflet, dan Pemberian Suplemen Isebagai Edukasi Tambahan
- a. Edukasi Langsung: Menciptakan interaksi dua arah, memungkinkan pemutaran informasi dan klarifikasi mitos.
 - b. Leaflet: Berfungsi sebagai reinforcement yang dapat dibawa pulang, memperkuat pesan utama tentang kandungan gula, dampak kesehatan, dan alternatif minuman sehat.
 - c. Pemberian Vitamin C dan B kompleks: Ini bukan hanya simbolis, tetapi memiliki dasar logis kesehatan. Vitamin C (Asam Askorbat): Selain untuk imunitas, pemberian Vitamin C juga mengingatkan peserta untuk memenuhi kebutuhan cairan dan nutrisi dari sumber yang alami (seperti buah-buahan) daripada dari minuman kemasan bergula. Namun, edukasi juga diberikan bahwa konsumsi Vitamin C dosis sangat tinggi dalam jangka panjang justru berisiko memicu batu ginjal pada individu rentan (Ferraro *et al.*, 2016). Hal ini menjadi pesan berimbang bahwa suplemen harus digunakan dengan bijak. Pada individu dengan fungsi ginjal yang sudah menurun (PGK), terjadi akumulasi racun yang dapat mengganggu penggunaan vitamin B dalam tubuh. Defisiensi beberapa vitamin B tertentu (seperti B6, B9 folat, dan B12) dapat memperburuk kondisi seperti anemia dan neuropati pada pasien ginjal (Moll & Davis, 2017). Oleh karena itu, menjaga kecukupan vitamin B Kompleks sejak dini melalui diet seimbang merupakan bagian dari pencegahan masalah yang lebih kompleks di kemudian hari.
- ## 6. Posisi Strategis Apotek dalam Edukasi Kesehatan
- Keberhasilan menjangkau keluarga di komunitas mengonfirmasi peran strategis apotek sebagai mitra kesehatan yang mudah diakses dan dipercaya (Sari *et al.*, 2023). Dibandingkan fasilitas kesehatan lain yang mungkin lebih formal, apotek menawarkan lingkungan yang lebih santai untuk konsultasi kesehatan sehari-hari. Farmasis dan tenaga kefarmasian memiliki kewenangan untuk memberikan pelayanan yang tidak hanya kuratif tetapi juga preventif dan promotive (Fibriana *et al.*, 2017), menjadikan apotek sebagai ujung tombak *primary health care*.
- ## 7. Keterbatasan dan Potensi Pengembangan
- Meskipun jumlah partisipan terbatas dan evaluasi dilakukan secara kualitatif, interaksi yang intensif

memungkinkan pendalaman materi dan klarifikasi langsung. Keberhasilan model ini berpotensi untuk direplikasi di apotek-apotek lain. Untuk kegiatan mendatang, disarankan menggunakan kuesioner *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur peningkatan pengetahuan secara kuantitatif, serta melibatkan lebih banyak partisipan dengan jadwal edukasi yang terjadwal.

Simpulan dan Saran Kegiatan

Simpulan

Kegiatan edukasi mengenai bahaya konsumsi minuman manis dan kaitannya dengan risiko cuci darah pada anak di Apotek Karunia Sehat berhasil dilaksanakan. Kombinasi strategi edukasi langsung (*one-by-one counseling*), penggunaan media leaflet, dan pemberian suplemen vitamin terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman 25 keluarga peserta. Kegiatan ini juga menegaskan peran apotek sebagai pusat edukasi kesehatan komunitas yang strategis.

Saran

Berdasarkan kegiatan ini, beberapa saran dapat diajukan:

1. **Bagi Apotek Karunia Sehat dan apotek pada umumnya:** Dapat menjadikan edukasi kesehatan seperti ini sebagai program berkelanjutan dan terjadwal, dengan materi yang terus diperbarui.
2. **Bagi Pihak Akademik/Universitas:** Kolaborasi dengan apotek mitra dapat ditingkatkan dan dikembangkan dalam bentuk program pengabdian masyarakat yang lebih luas, termasuk pelatihan bagi tenaga apoteker.
3. **Bagi Peneliti Selanjutnya:** Perlu dilakukan penelitian lanjutan dengan desain yang lebih robust, seperti menggunakan kelompok kontrol dan instrument pengukuran pengetahuan yang terstandarisasi (*pre-test/post-test*) untuk mengukur dampak intervensi secara lebih objektif.

Daftar Pustaka

- Cai, X.-Y., Zhang, N.-H., Cheng, Y.-C., Ge, S.-W., & Xu, G. (2022). Sugar-sweetened beverage consumption and mortality of chronic kidney disease: results from the US National Health and Nutrition Examination Survey, 1999–2014. *Clinical Kidney Journal*, 15(4), 718-726.
- De Koning, L., Malik, V. S., Rimm, E. B., Willett, W. C., & Hu, F. B. (2011). Sugar-sweetened and artificially sweetened beverage consumption and risk of type 2 diabetes in men. *The American journal of clinical nutrition*, 93(6), 1321-1327.
- Deswita, & Wansyaputri, R. R. (2023). *Sistem Perkemihan: Gagal Ginjal Akut Pada Anak Dan Penanganannya*. Penerbit Adab.
- Ferraro, P. M., Curhan, G. C., Gambaro, G., & Taylor, E. N. (2016). Total, dietary, and supplemental vitamin C intake and risk of incident kidney stones. *American Journal of Kidney Diseases*, 67(3), 400-407.
- Fibriana, L. P., Kes, N. M., Siyoto, S., Asih Tri Rachmi Nuswantari, M., & Irine Rakhmanty Rohana, S. (2017).

- Promosi kesehatan dan pendidikan kesehatan*. Media Nusa Creative (MNC Publishing).
- Kusumawati, A. H., Amalia, L., Gondodiputro, R. S., & Rahayu, C. (2023). *Peran Obat Antihipertensi terhadap Kualitas Hidup Pasien Hipertensi dengan Gangguan Ginjal Kronik- Jejak Pustaka*. Jejak Pustaka.
- Ludwig, D. S., Peterson, K. E., & Gortmaker, S. L. (2001). Relation between consumption of sugar-sweetened drinks and childhood obesity: a prospective, observational analysis. *The lancet*, 357(9255), 505-508.
- Moll, R., & Davis, B. (2017). Iron, vitamin B12 and folate. *Medicine*, 45(4), 198-203.
- Nofrika, V., Pristiyantoro, P., Qomariah, N., Febriyani, K., Musdalifah, M., Putri, S. A., Rohman, D. S., & Shafa, H. F. (2024). Penyuluhan Kesehatan Melalui Pemeriksaan Kadar Gula Darah Masyarakat di RW 03 Kelurahan Klender. *Lambung Pengabdian Kesehatan*, 1(4), 4-6.
- RI, K. (2018). Riset Kesehatan Dasar 2018 (RISKESDAS). Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 1-200.
- Romadhon, M., Wulandari, R., Rimbawati, Y., Amalia, R., & Sari, R. G. (2024). *Buku Ajar: Promosi Kesehatan*. Penerbit Adab.
- Sari, A. K., Hanistya, R., Samlan, K., Wahyuningsih, E., Wiputri, O. I., Dessidianti, R., & Isnaeni, I. (2023). Peran Strategis Apoteker Dalam Pelayanan Kefarmasian Swamedikasi (Self Medication). *Usadha Journal of Pharmacy*, 543-550.