



KETAHUI FUNGSI GINJAL ANDA

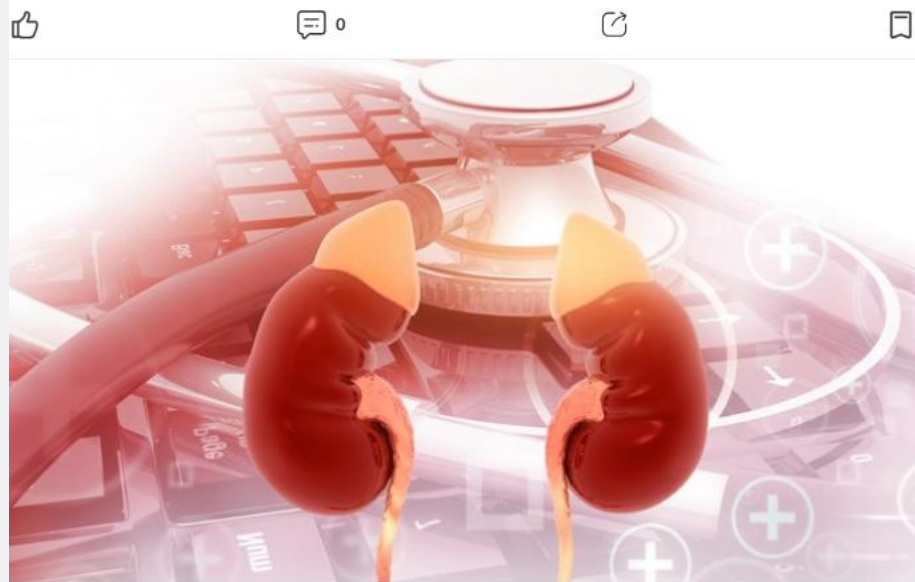
Jumat, 11 – 09-2026

LESSON LEARNED

Kasus Gagal Ginjal di Indonesia Terus Naik, Beban Biaya Tembus Rp 13,38 T

Devandra Abi Prasetyo - detikKalimantan

Rabu, 15 Apr 2026 16:40 WIB



intransi ginjal Foto: Getty Images/Rosi Rhadramani

Balikkapan - Kasus penyakit gagal ginjal di Indonesia terus mengalami kenaikan dari tahun ke tahun. Bahkan dari segi pembiayaan, beban biaya di BPJS Kesehatan untuk gagal ginjal meroket lebih dari 400% dalam kurun waktu 6 tahun terakhir.

Dilansir detikHealth, Direktur Penyakit Tidak Menular Kementerian Kesehatan RI (Kemenkes) Siti Nadia Tarmizi mengatakan beban pembiayaan BPJS Kesehatan untuk gagal ginjal mengalami kenaikan paling signifikan.

"Kalau gagal ginjal, kalau kita bandingkan tahun 2019-2025, itu dia meningkat 476,2 persen (pembiayaan di JKN)," jelas Nadia kepada detikcom, Selasa (14/4/2026).

Sumber: Detik.com

<https://www.detik.com/kalimantan/berita/d-8445278/kasus-gagal-ginjal-di-indonesia-terus-naik-beban-biaya-tembus-rp-13-38-t>



Menkes Sebut Ada 60 Ribu Pasien Cuci Darah Baru Tiap Tahun, Inikah Pemicunya?

Menkes Sebut Ada 60 Ribu Pasien Cuci Darah Baru Tiap Tahun, Inikah Pemicunya?

Rabu, 18 Februari 2026 Oleh PKRS RSUTP

Bagikan:   

BERITA KESEHATAN

Jakarta - Menteri Kesehatan (Menkes) Budi Gunadi Sadikin mengatakan jumlah pasien cuci darah atau hemodialisis terus meningkat tiap tahunnya. Setiap tahunnya, ada sekitar 60 ribu pasien cuci darah baru.

"Jumlah pasien cuci darah di Indonesia, totalnya ada 200.000-an gitu ya, setiap tahunnya bertambah 60.000 yang baru, kemudian yang dari tahun sebelumnya ini ada sekitar 120.000-an ya," kata Menkes dalam rapat bersama Pimpinan DPR, di Senayan, Jakarta, Senin (9/2/2026).

Cuci darah bukan terapi ringan. Biasanya, pasien akan menjalani prosedur ini dua sampai tiga kali sepekan dan tentu mengganggu kualitas hidup mereka. Lalu, saat ini faktor-faktor apa saja yang mendorong fungsi ginjal seseorang menurun hingga rusak?

Menurut Guru Besar Bidang Urologi dan spesialis urologi konsultan, Prod Dr dr Nur Rasyid, SpU(K) dari Siloam Hospitals Asri saat ini penyebab gagal ginjal paling banyak dialami oleh orang Indonesia karena diabetes.

"Orang gagal ginjal di Indonesia 29 persen diabetes, 20 persen infeksi, 19 persen karena hipertensi," kata Prof Nur saat ditemui detikcom, Sabtu (14/2/2026).

Menurut Prof Nur, masalah-masalah kesehatan ini sebenarnya bisa dicegah, sebelum menjadi parah bahkan sampai merusak fungsi ginjal.

"Biar nggak diabetes ya hidup sehat. Jangan gendur, jangan seneng manis, jangan makan karbohidrat berlebihan. Biar nggak hipertensi, jangan banyak makan garam, minum yang cukup. Biar nggak gendut ya olahraga teratur," katanya.

"Kalau infeksi, begitu ada keluhan demam segala macam, datanglah ke dokter supaya diobatin dengan betul," tutupnya.

Sumber: RSUD Teungku Peukan

<https://rsudtp.acehbaratdayakab.go.id/berita/kategori/berita-kesehatan/menkes-sebut-ada-60-ribu-pasien-cuci-darah-baru-tiap-tahun-inikah-pemicunya>



Gen Z dalam Bahaya: Mengapa Kasus Gagal Ginjal Mulai Menyerang Usia Muda?

23-Feb-2026 07:28:19 4032 Dilihat By Administrator

Bagikan    

Gambaran Umum

Dulu, gagal ginjal kronis selalu identik dengan penyakit orang tua. Namun, dalam satu dekade terakhir, para ahli nefrologi (ginjal) di seluruh dunia, termasuk Indonesia, dikejutkan dengan lonjakan signifikan pasien gagal ginjal dari kalangan usia muda, khususnya Generasi Z (lahir 1997–2012). Kondisi ini bukan lagi sekadar anomali statistik, melainkan sebuah sinyal bahaya yang tidak bisa diabaikan. Gagal ginjal adalah kondisi di mana ginjal kehilangan kemampuannya untuk menyaring limbah dan kelebihan cairan dari darah. Ketika penyakit ini menyerang di usia produktif, dampaknya sangat menghancurkan, tidak hanya pada kesehatan individu, tetapi juga pada kualitas hidup, karir, dan masa depan bangsa. Artikel ini akan mengupas tuntas mengapa angka kejadian ini meningkat dan apa yang bisa dilakukan untuk membalikkan tren mengkhawatirkan ini.

Mengapa Gagal Ginjal Kini Mengintai Gen Z?

Gagal ginjal tidak terjadi dalam semalam. Kerusakan ginjal bersifat progresif dan seringkali baru terdeteksi ketika sudah memasuki stadium lanjut. Pada Gen Z, kombinasi gaya hidup modern dan faktor lingkungan menjadi pemicu utamanya. Ginjal yang sehat berfungsi 24 jam sehari, dan ketika terus-menerus dipaksa bekerja ekstra karena pola hidup yang buruk, kerusakan pun tidak terhindarkan.

Faktor utama yang membedakan kasus pada usia muda dengan lansia adalah penyebabnya. Pada lansia, penyebab utamanya adalah penyakit degeneratif seperti diabetes dan hipertensi yang sudah lama diderita. Sementara pada Gen Z, selain faktor genetik dan penyakit bawaan, pemicu utamanya lebih banyak berasal dari faktor eksternal dan gaya hidup, termasuk konsumsi minuman berpemanis dalam kemasan (MBDK) yang berlebihan, pola makan tinggi garam dan lemak, serta kebiasaan menahan buang air kecil.

Sumber: RS Pusat Pertamina

<https://rspp.co.id/artikel-detail-1077-Gen-Z-dalam-Bahaya-Mengapa-Kasus-Gagal-Ginjal-Mulai-Menyerang-Usia-Muda.html>

APA SIH FUNGSI GINJAL?



Ginjal adalah **dua organ vital berbentuk kacang seukuran kepalan tangan**, terletak di belakang perut, yang berfungsi **menyaring sisa metabolisme dan menyeimbangkan cairan tubuh melalui urine.**

Fungsi Ginjal :

- Menyaring limbah dan racun dari darah.
- Mengatur tekanan darah dan kadar garam.
- Menjaga keseimbangan cairan dan elektrolit.
- Mengatur sel darah merah.



Sumber: Labkesmas Magelang
https://www.instagram.com/p/DVxqfx0AZSG/?img_index=3

TANDA GINJAL BERMASALAH

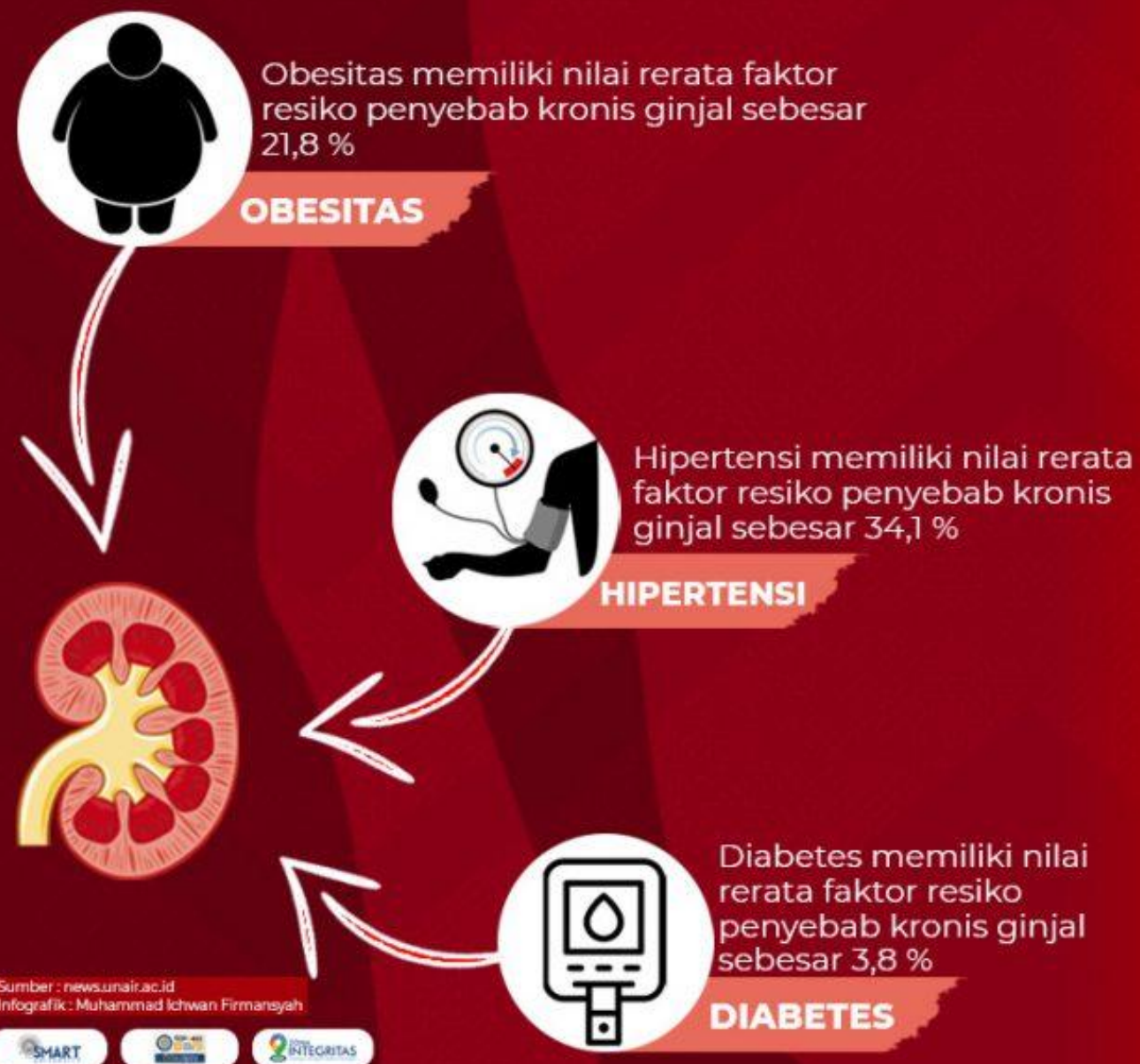
- Sulit tidur di malam hari
- Mual dan muntah
- Sering buang air kecil
- Kram otot
- Mudah lelah
- Sulit konsentrasi dan mengingat
- Bengkak pada tangan dan kaki
- Bau mulut berlebih
- Kulit kering dan gatal
- Urine berdarah atau berbusa
- Tidak buang air kecil sama sekali



FAKTOR UTAMA PENYAKIT GINJAL KRONIS

Penyakit ginjal umumnya tidak bergejala, sehingga tidak mudah untuk memahami penyakit ini. Terdapat tiga faktor risiko utama, yaitu hipertensi, obesitas, dan diabetes.

- Prof Mochammad Thaha,
pakar kedokteran UNAIR



UNAIR NEWS – Prof Mochammad Thaha, pakar Kedokteran UNAIR menganalisis tiga faktor utama penyebab penyakit ginjal kronis. Ia juga memperkirakan bahwa penyakit ginjal akan menjadi lima penyakit penyebab kematian tertinggi di dunia pada tahun 2040 mendatang. Setidaknya sepuluh persen populasi dunia menderita penyakit ginjal kronis, dan diperkirakan sembilan dari sepuluh penderita tersebut belum menyadari bahaya penyakit tersebut. Terdapat tiga faktor risiko utama terkait penyakit ginjal kronis khususnya di Indonesia, yaitu hipertensi, obesitas, dan diabetes.

Sumber: UNAIR

<https://unair.ac.id/infografik-faktor-utama-penyakit-ginjal-kronis/>

Hasil pemeriksaan ginjal yang normal, **belum tentu menggambarkan kondisi asli masing-masing ginjal**



Sumber: Mayapada Hospital

https://www.instagram.com/p/DdGkvNWk69z/?img_index=1&stkn=MWk1YzIuc295b2NyNA%3D%3D



Pada kondisi tertentu, dokter perlu mengetahui fungsi ginjal kanan dan kiri secara terpisah, misalnya ketika:

- ❗ **Ditemukan kelainan** pada salah satu ginjal
- ❗ **Dicurigai ada gangguan aliran atau sumbatan** saluran kemih
- ❗ Perlu mengetahui **seberapa besar fungsi masing-masing ginjal** sebelum menentukan langkah penanganan

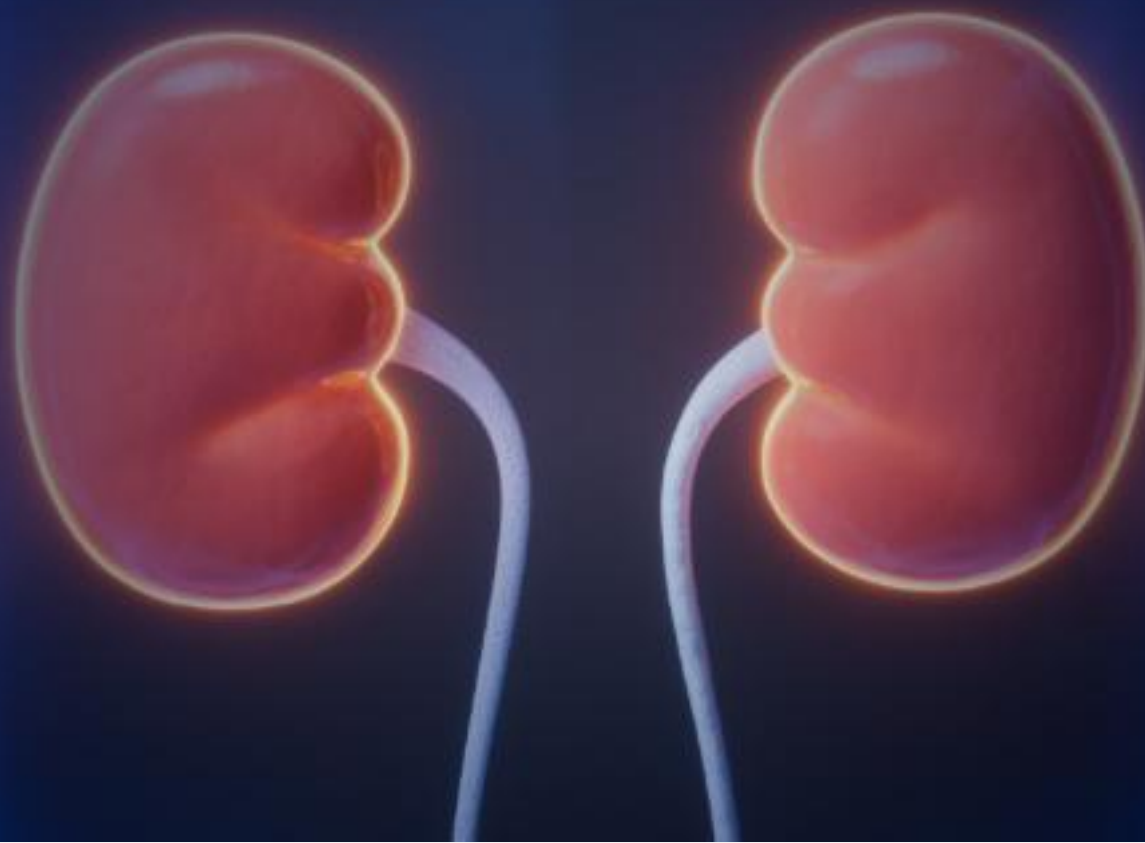
Sumber: Mayapada Hospital

https://www.instagram.com/p/DdGkvNWk69z/?img_index=1&stkn=MWk1Yzluc295b2NyNA%3D%3D

Sumber: Mayapada Hospital
https://www.instagram.com/p/DdGkvNWk69z/?img_index=1&stkn=MWk1Yzluc295b2NyNA%3D%3D

Tes darah memberikan gambaran fungsi ginjal secara keseluruhan.

Namun, jika ternyata salah satu ginjal bekerja kurang optimal, belum tentu bisa terlihat dari tes darah.





Bagaimana caranya mengetahui fungsi masing-masing ginjal?

Melalui pemeriksaan menggunakan SPECT Scan, dokter dapat melihat kondisi spesifik dari masing-masing ginjal.

Pemeriksaan ini membantu menilai **bagaimana ginjal menyaring, bekerja, dan mengeluarkan zat dari tubuh.**

Sumber: Mayapada Hospital
https://www.instagram.com/p/DdGkvNWk69z/?img_index=1&stkn=MWk1Yzluc295b2NyNA%3D%3D

Sumber: Mayapada Hospital

https://www.instagram.com/p/DdGkvNWk69z/?img_index=1&stkn=MWk1Yzluc295b2NyNA%3D%3D

Dengan mengetahui fungsi ginjal kanan dan kiri secara terpisah, dokter dapat memperoleh gambaran yang lebih lengkap mengenai:

- Kontribusi masing-masing ginjal
- Adanya penurunan fungsi pada salah satu ginjal
- Informasi tambahan untuk menentukan evaluasi atau penanganan selanjutnya

TIP JAGA KESEHATAN GINJAL

- >> Minum air putih cukup 8-10 gelas/hari.
- >> Menerapkan pola makan seimbang.
- < >> Kurangi konsumsi makanan yang tinggi lemak jenuh, garam, dan gula.
- >> Rutin olahraga.
- >> Hindari rokok dan alkohol.
- >> Mengonsumsi obat sesuai anjuran dokter.