

SURAT TUGAS

Nomor: 252-R/UNTAR/Pengabdian/II/2024

Rektor Universitas Tarumanagara, dengan ini menugaskan kepada saudara:

YOANITA WIDJAJA, dr., M.Pd.Ked.

Untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan data sebagai berikut:

Judul : Peningkatan Kewaspadaan Masyarakat terhadap Penyakit Ginjal Kronis dengan Edukasi Gaya Hidup dan Skrining Fungsi Ginjal
Mitra : Panti Lansia Santa Anna
Periode : 2/2023/3 Oktober
URL Repository :

Demikian Surat Tugas ini dibuat, untuk dilaksanakan dengan sebaik-baiknya dan melaporkan hasil penugasan tersebut kepada Rektor Universitas Tarumanagara

15 Februari 2024

Rektor



UNIVERSITAS TARUMANAGARA
REKTOR



Prof. Dr. Ir. AGUSTINUS PURNA IRAWAN

Print Security : e34f57157584bfab0a2fac259b4dd8e3

Disclaimer: Surat ini dicetak dari Sistem Layanan Informasi Terpadu Universitas Tarumanagara dan dinyatakan sah secara hukum.

Lembaga

- Pembelajaran
- Kemahasiswaan dan Alumni
- Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat
- Penjaminan Mutu dan Sumber Daya
- Sistem Informasi dan Database

Fakultas

- Ekonomi dan Bisnis
- Hukum
- Teknik
- Kedokteran
- Psikologi
- Teknologi Informasi
- Seni Rupa dan Desain
- Ilmu Komunikasi
- Program Pascasarjana

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC002023117355, 24 November 2023

Pencipta

Nama : **Yoanita Widjaja**

Alamat : Jl. Letjen S.Parman No. 1, Grogol Petamburan, Jakarta Barat, DKI Jakarta, 11440

Kewarganegaraan : Indonesia

Pemegang Hak Cipta

Nama : **Yoanita Widjaja**

Alamat : Jl. Letjen S.Parman No. 1, Grogol Petamburan, Jakarta Barat, Dki Jakarta 11440

Kewarganegaraan : Indonesia

Jenis Ciptaan : **Poster**

Judul Ciptaan : **Penyakit Ginjal Kronis**

Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali : 24 November 2023, di Jakarta Barat
di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia

Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama hidup Pencipta dan terus berlangsung selama 70 (tujuh puluh) tahun setelah Pencipta meninggal dunia, terhitung mulai tanggal 1 Januari tahun berikutnya.

Nomor pencatatan : 000550310

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.
Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.

a.n. MENTERI HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA
Direktur Hak Cipta dan Desain Industri



Anggoro Dasananto
NIP. 196412081991031002



PENYAKIT GINJAL KRONIS



Penyakit ginjal kronis (PGK) merupakan suatu kondisi progresif dengan penurunan fungsi ginjal atau kerusakan ginjal yang terdeteksi melalui pengujian laboratorium selama setidaknya 3 bulan.



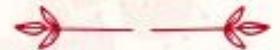
Prevalensi Global PGK

13,4%

Tahun 2016



Prevalensi PGK pada laki-laki lebih tinggi dari pada perempuan



600.000 kasus kematian setiap tahun akibat PGK

FAKTOR RISIKO PGK

Faktor risiko yang dapat diubah:

- Diabetes melitus tipe 2
- Hipertensi
- Konsumsi obat pereda nyeri
- Radang ginjal
- Narkoba, psikotropika, dan zat adiktif



Faktor risiko yang tidak dapat diubah:

- Riwayat keluarga penyakit ginjal
- Kelahiran prematur
- Trauma di daerah abdomen
- Jenis penyakit tertentu (Lupus, AIDS, Hepatitis C, dll)

TANDA & GEJALA PGK

- Tekanan darah tinggi
- Sakit kepala
- Sulit berkonsentrasi
- Sesak
- Perubahan frekuensi dan jumlah buang air kecil dalam sehari
- Adanya darah dalam urin
- Lemah dan sulit tidur
- Mual & muntah
- Gatal
- Bengkak pada kaki
- Kehilangan nafsu makan

PERTAHANKAN:

01 **TEKANAN DARAH NORMAL**

02 **KADAR GULA DARAH NORMAL**

03 **BERAT BADAN IDEAL**



perbanyak!

- Konsumsi sayur
- Cek kesehatan rutin
- Konsumsi air
- Konsumsi buah
- Aktivitas fisik

Hindari!

- Merokok
- Alkohol
- Minum air terlalu sedikit
- Konsumsi garam terlalu banyak