

Peningkatan Derajat Kesehatan Melalui Pemeriksaan Gukosam (Gula darah, Kolesterol, Asam Urat) pada Lansia di Desa Banyuurip, Kecamatan Kedamean, Gresik

Affan Tsaqif Taufiqurrahman¹, Ratna Ayu Ratriwardhani², Difran Nobel Bistara³, Hanifiyatul Millah⁴, Achmad Hadi⁵

¹Program Studi S1 Pendidikan Dokter dan ³Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Indonesia

²Program Studi D4 Keselamatan dan Kesehatan Kerja Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Indonesia

⁴Program Studi D4 Analisis Kesehatan Universitas Nahdlatul Ulama, Surabaya, Indonesia

⁵Program Studi S1 Manajemen, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Indonesia

**corresponding author: affantsaaqif059.dr20@student.unusa.ac.id*

Abstrak

Pemeriksaan kesehatan merupakan pemeriksaan yang berfokus pada pencegahan primer dan sekunder dengan melihat secara holistik berbagai faktor kesehatan yang dapat menyebabkan penyakit tertentu. Salah satu faktor yang menyebabkan lansia mudah terkena penyakit adalah karena pola hidup yang tidak sehat. Pola hidup yang tidak sehat mengarah kepada penyakit, seperti asam urat, hipertensi, diabetes militus, dan penyakit jantung. Data dari Riskesdas (2018) menunjukkan banyak lansia dengan rentang usia 55 hingga 75 tahun ke atas terjangkit dengan penyakit jantung koroner. Adapun data dari World Health Organization (WHO), penyakit stroke dan penyakit jantung banyak disebabkan karena tingginya kadar kolesterol dalam darah. Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh teman-teman mahasiswa KKN UNUSA kelompok 21 di Desa Banyuurip, banyak lansia yang terkena penyakit diabetes, stroke, dan asam urat. Hal ini bisa saja terjadi akibat adanya kebiasaan orang setempat yang membakar olahan sampah dan tanaman yang sudah tidak terpakai. Tujuan dari penulisan artikel ini adalah untuk menginformasikan kepada masyarakat khususnya lansia akan bahaya penyakit, seperti diabetes, stroke, penyakit jantung, radang sendi akibat asam urat, dan lain-lain. Metode yang digunakan adalah dengan pemeriksaan dan senam. Hasil dan diskusi yang didapatkan adalah mayoritas lansia Dusun Karangasem memiliki kadar gula darah dan kolesterol yang tinggi, sedangkan kadar asam urat dan glukosa berada pada rentang normal. Kesimpulannya adalah hal ini menunjukkan bahwa rata-rata warga Dusun Karangasem memiliki risiko tinggi terkena penyakit diabetes, jantung koroner, stroke, dan lain-lain.

Kata Kunci: Gula Darah; Kolestero; Asam Urat; Lansia; Tekanan Darah

1. Pendahuluan

Kesehatan di Indonesia memiliki masalah yang beragam, salah satunya adalah masalah penyakit tidak menular (PTM). Setiap tahun, terdapat 41 juta orang yang meninggal akibat PTM secara global. Contoh PTM yang paling banyak menyebabkan kematian adalah

penyakit kardiovaskular dan diabetes. Penggunaan tembakau, aktivitas fisik, penggunaan alkohol yang berbahaya, dan pola makan yang tidak sehat semuanya meningkatkan risiko kematian akibat PTM. PTM akan meningkat seiring dengan bertambahnya usia seseorang (Hamid et al., 2023)(Arania et al., 2021). Menjadi tua (menua) merupakan suatu hal yang wajar pada hidup manusia. Saat seseorang menua, kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri/mengganti akan menurun secara perlahan sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan yang diderita (Ditte et al., 2022)(Suntara dkk., 2022). Sebagian besar lansia hanya beraktifitas ringan dalam kehidupan sehari-hari. Sedangkan dampak dari kurangnya aktivitas fisik merupakan salah satu pemicu untuk timbulnya penyakit berbahaya seperti asam urat, hipertensi, diabetes militus, dan penyakit jantung (Purnama & Suahta, n.d.).

Berdasarkan diagnosis dokter, data dari Riskesdas (2018) menunjukkan prevalensi persentase kasus penyakit jantung coroner (PJK) di Indonesia pada rentang usia 55 – 64 tahun sebesar 3,9%, sedangkan pada rentang usia 65 – 74 tahun sebesar 46% dan pada usia lebih dari 75 tahun sebesar 4,7%. Adapun data dari World Health Organization (WHO) menjelaskan bahwa 20% serangan stroke dan 50% serangan jantung disebabkan oleh tingginya kadar kolesterol dalam darah (Indah Fitriyani, 2023). Data statistik desa Banyuurip menunjukkan bahwa rata-rata lansia desa banyuurip terkena penyakit diabetes, stroke dan asam urat. Populasi Lansia di desa Banyuurip dengan rentang usia 50-59 sebanyak 995 orang, dan pada rentang usia 60-69 sebanyak 667 orang, serta direntang usia >70 sebanyak 468 orang. Mayoritas individu yang memasuki rentang usia tersebut rentan terkena penyakit tidak menular seperti diabetes, asam urat dan stroke karena menurunnya sistem imun dan kurangnya beraktivitas. Hal inilah yang menjadi langkah kecil bagi mahasiswa KKN untuk memberikan solusi berupa pemeriksaan secara gratis bagi lansia di desa Banyuurip guna mendeteksi permasalahan penyakit secara dini sehingga lansia dapat melakukan perubahan seperti mulai menjalani pola hidup yang sehat.

2. Metode Pelaksanaan

Program Kerja Mahasiswa KKN UNUSA Kelompok 21 salah satunya terdapat pemeriksaan gratis bagi lansia, pemeriksaan gratis ini meliputi pemeriksaan tekanan darah dan gukosam (Gula darah, kolesterol, dan asam urat) sasaran pemeriksaan dari

kegiatan ini meliputi golongan lansia di desa Karangasem dengan populasi masyarakat pada rentang usia 50-59 sebanyak 995 orang, dan pada rentang usia 60-69 sebanyak 667 orang, serta direntang usia >70 sebanyak 468 orang. Kegiatan program ini dilakukan 1 kali pada masa kegiatan KKN, yang diselenggarakan pada tanggal 3 Agustus 2023 bertempat di Balai Dusun Banyuurip, Kecamatan Kedamean, Kabupaten Gresik. Metode yang digunakan dalam kegiatan pemeriksaan berupa metode kualitatif, bentuk penyebaran informasi berupa word of mouth yang dibantu oleh bidan dan stakeholder perangkat desa Banyuurip. Cakupan kegiatan dari program kerja pemeriksaan gratis ini meliputi anamnesis, senam lansia dan pemeriksaan tekanan darah serta Gukosam (gula darah, kolesterol, asam urat) yang didampingi oleh Bidan dan stakeholder perangkat desa Banyuurip.

3. Hasil dan Pembahasan

Pengabdian masyarakat terkait skrining kesehatan dengan program pemeriksaan GUKOSAM (gula darah, kolesterol, asam urat), kali ini dilakukan pada 1 dusun di desa Banyuurip, Kedamean. Pemeriksaan ini dilakukan di Dusun Karangasem dengan jumlah masyarakat yang melakukan pemeriksaan sekitar 24 lansia, setiap individu diperiksa gula darah, kolesterol, dan asam urat. Hasil pemeriksaan yang sudah dilakukan, antusiasme dari masyarakat sangatlah kecil, dari jumlah 2.130 lansia yang ada di desa banyuurip, hanya 21 lansia yang ikut berpartisipasi pada kegiatan pemeriksaan gratis yang diadakan oleh mahasiswa KKN 21 UNUSA. Data yang diperoleh menggunakan nilai rujukan untuk gula darah adalah kurang dari 140 mg/dl. Nilai rujukan asam urat untuk laki-laki 3,5-7,2 mg/dl, Perempuan: 2,6-6,0 mg/dl. Nilai rujukan kolesterol total antara laki-laki dan Perempuan tidak berbeda yaitu 0-200 mg/dl.

Hasil dari pemeriksaan menunjukkan bahwa dari 21 lansia didapatkan hasil gula darah acak dalam batas normal sebanyak 7 lansia, sedangkan 14 lansia tidak dalam batas normal. Kemudian, pada pemeriksaan asam urat didapatkan hasil dalam batas normal sebanyak 16 lansia sedangkan, 5 lansia tidak dalam batas normal. Pada pemeriksaan kolesterol didapatkan hasil dalam batas normal sebanyak 14 lansia sedangkan, 7 lansia tidak dalam batas normal. Untuk tekanan darah dari 21 lansia didapatkan hasil 13 lansia berada dalam batas normal sedangkan, 8 lansia tidak sedang berada dalam batas normal.

Skrining merupakan pemeriksaan kesehatan guna mengetahui apakah seseorang memiliki risiko tinggi mengalami suatu masalah kesehatan. Dari hasil skrining dapat dilakukan pencegahan secara dini. Pengabdian masyarakat yang dilakukan kali ini berupa skrining kesehatan dengan pemeriksaan GUKOSAM. Hasil yang diperoleh adalah masyarakat desa banyuurip cenderung memiliki kadar gula darah yang tinggi. Kadar gula darah yang tinggi menyebabkan penyakit Diabetes Melitus. Diabetes Melitus merupakan penyakit menahun yang ditandai dengan meningkatnya kadar gula darah. Dalam (Resti Arania, 2021), dijelaskan bahwa mayoritas penderita diabetes melitus tipe 2 yang paling banyak dialami oleh orang-orang berada di usia 40 tahun ke atas. Hal ini disebabkan karena pada usia 40 tahun ke atas, retensi insulin pada diabetes mellitus tipe 2 akan semakin meningkat di samping terdapat riwayat keturunan dan obesitas.

Penyakit asam urat akan terjadi jika timbunan kristal asam urat yang mengendap dalam persendian meningkat. Peningkatan asam urat dapat disebabkan oleh ginjal yang mengalami gangguan membuang asam urat dalam jumlah yang banyak (Stikes & Kudus, n.d.). Penyakit gout atau asam urat tinggi dapat menyebabkan semua bentuk kematian terutama dari CVD (*cardiovascular disease*), CHF (*chronic heart failure*) baik kronis maupun akut, subakut dan kronis pada wanita lanjut usia, *post-menopause* (Untari et al., n.d.). Aktivitas fisik yang berlebihan dapat menyebabkan produksi asam laktat yang tinggi sehingga menyebabkan kadar asam urat meningkat.

Menurut Listiyana bahwa lansia cenderung mengalami peningkatan kadar kolesterol dalam darah. Lansia memiliki ukuran hati dan pancreas yang mengecil sehingga menyebabkan terjadinya penurunan aliran darah ke hati, hal ini mengakibatkan terjadinya perubahan proporsi lemak empedu tanpa diikuti perubahan metabolisme asam empedu sehingga terjadi peningkatan sekresi kolesterol dibandingkan pada orang dewasa biasa (Meditory & Issn Online, 2021). Pemberian edukasi sangat penting guna memberikan pengetahuan dan wawasan kepada lansia agar dapat mengimplementasikan pola hidup yang baik sehingga dapat mencapai taraf hidup yang sehat.

4. Kesimpulan

Peningkatan derajat Kesehatan masyarakat melalui pemeriksaan Gukosam kepada para lansia di balai Dusun Banyuurip memiliki tingkat antusiasme yang kecil dari masyarakat. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa masyarakat desa banyuurip

memiliki risiko tinggi terkena diabetes. Pemberian edukasi sangat penting guna memberikan pengetahuan dan wawasan kepada lansia agar dapat mengimplementasikan pola hidup yang baik sehingga dapat mencapai taraf hidup yang sehat.

Ucapan Terima Kasih

Puji dan Syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan Rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan artikel ilmiah ini. Penulisan artikel ilmiah ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu tugas kuliah kerja nyata.

Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, penulis tidak akan mampu menyelesaikan artikel ilmiah ini. Oleh karena itu, dari hati yang terdalam penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Ratna Ayu Ratriwardhani, S.ST., MT selaku dosen pembimbing lapangan
2. Bapak Difran Nobel Bistara, S.Ke.,Ns.,M.Kep selaku dosen pembimbing lapangan

Penulis menyadari dalam penulisan karya tulis ilmiah ini masih terdapat kekurangan, untuk itu diharapkan kritik dan saran yang membangun untuk dapat menyempurnakan artikel ilmiah ini.

Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih dan semoga artikel ilmiah ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Daftar Pustaka

- Arania, R., Triwahyuni, T., Esfandiari, F., Rama Nugraha, F., Patologi, D., Rumah, A., Umum, S., & Moeloek, A. (2021). HUBUNGAN ANTARA USIA, JENIS KELAMIN, DAN TINGKAT PENDIDIKAN DENGAN KEJADIAN DIABETES MELLITUS DI KLINIK MARDI WALUYO LAMPUNG TENGAH. In *Jurnal Medika Malahayati* (Vol. 5, Issue 3).
- Ditte, O., Suntara, A., Alba, A. D., & Hutagalung, M. (2022). *HUBUNGAN ANTARA AKTIFITAS FISIK DENGAN KADAR ASAM URAT (GOUT) PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BATU AJI KOTA BATAM*. 2.
- Hamid, A., Program, A. H., S1, S., Masyarakat, K., Husada, G., Putri, S., Program, A., Griya, S., Sumbawa, H., Lingkar, J., & Sumbawa Besar, K. (2023). Penyuluhan "CERDIK" (Cek Kesehatan Secara Rutin) Sebagai Upaya Pengendalian Penyakit Tidak Menular. *Jurnal Pengabdian Ilmu Kesehatan (JPIKes)*, 3(2), 117-123. <https://doi.org/10.55606/jpikes.v3i2.2116>
- Indah Fitriyani, S. R. A. R. P. S. S. R. (2023). Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Pasien Kolesterol Dengan Pemberian Intervensi Jus Jambu Biji Merah Untuk Menurunkan

Kadar Kolesterol Di Panti Werdha Kasih Ayah Bunda Tangerang . *Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan* , 2(3).

Meditory, M., & Issn Online, |. (2021). *GAMBARAN KADAR KOLESTEROL TOTAL PADA LANSIA DI PUSKESMAS I DENPASAR SELATAN* (Vol. 9, Issue 2).

Purnama, H., & Suahta, T. (n.d.). *TINGKAT AKTIVITAS FISIK PADA LANSIA DI PROVINSI JAWA BARAT, INDONESIA*.

Resti Arania, T. T. F. E. F. R. N. (2021). HUBUNGAN ANTARA USIA, JENIS KELAMIN, DAN TINGKAT PENDIDIKAN DENGAN KEJADIAN DIABETES MELLITUS DI KLINIK MARDI WALUYO LAMPUNG TENGAH. *Jurnal Medika Malahayati*, 5(3).

Stikes, S., & Kudus, M. (n.d.). *FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KADAR ASAM URAT DALAM DARAH PASIEN GOUT DI DESA KEDUNGWINONG SUKOLILO PATI*.

Untari, I., Sarifah, S., DIII Keperawatan, P., & PKU Muhammadiyah Surakarta, S. (n.d.). *Hubungan antara Penyakit Gout dengan Jenis Kelamin dan Umur pada Lansia*.