

# PEMERIKSAAN KADAR GULA DARAH, ASAM URAT DAN KOLESTEROL DI UPT PELAYANAN LANJUT USIA BINJAI

Maria Pujiastuti<sup>1</sup>, Ance Siallagan<sup>2</sup>, Samfriati Sinurat<sup>3</sup>,

<sup>1,2,3</sup>STIKes Santa Elisabeth Medan

## Informasi Artikel

### Sejarah Artikel :

Diterima, Juni 2, 2022

Revisi, Juni 10, 2022

Disetujui, Juni 30, 2022

### Kata kunci :

Lansia, KGD, Asam Urat, Kolesterol

## ABSTRAK

Lanjut usia adalah bagian dari proses tumbuh kembang pada manusia. Semua orang akan mengalami proses menua dan masa tua merupakan masa hidup manusia yang terakhir. Berdasarkan analisa situasi, permasalahan kesehatan yang ditemukan di UPT pelayanan sosial lanjut usia Binjai yaitu kurangnya kemampuan melakukan perawatan mandiri dalam mengoptimalkan status kesehatan. Kegiatan pelaksanaan pemeriksaan KGD, asam urat dan kolesterol dilaksanakan pada lansia bertujuan untuk mengetahui status kesehatan lansia. Metode pemeriksaan dengan memanggil lansia satu per satu ke meja pemeriksaan dan menggunakan alat easy touch GCU yang dapat mendeteksi kadar gula darah, asam urat dan kolesterol. Setiap lansia menggunakan satu lancet. Hasil yang diperoleh dicatat pada lembar pemeriksaan dan diinformasikan kepada setiap lansia. Alokasi dan pelaksanaan dalam proses kegiatan pemeriksaan KGD, asam urat dan kolesterol memberikan kesempatan bagi lansia yang terlibat dalam kegiatan agar mengetahui status kesehatan dan tim penyelenggara melakukan perannya dengan baik dalam melakukan pemeriksaan kesehatan.

*This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.*



## Korespondensi Penulis :

Maria Pujiastuti,

STIKes Santa Elisabeth Medan.

Jl. Bunga Terompet No.118, Sempakata, Kec. Medan Selayang,

Kota Medan, Sumatera Utara 20131, Indonesia.

Email: [mariapujiastuti123@gmail.com](mailto:mariapujiastuti123@gmail.com)

## 1. PENDAHULUAN

Lanjut usia (lansia) adalah bagian dari proses tumbuh kembang pada manusia. Semua orang akan mengalami proses menjadi tua dan masa tua merupakan masa hidup manusia yang paling akhir. Dimasa ini seseorang pada umumnya akan mengalami kemunduran fisik, sosial dan mental secara bertahap (Ilham et al., 2019).

Usia tua tidak hanya dilihat dari perhitungan kronologis atau berdasarkan kalender saja, tetapi juga menurut kondisi kesehatan dan berdasarkan ciri daya pikirnya. Pertambahan usia mempengaruhi perubahan fisiologis pada lansia yang disertai dengan berbagai masalah kesehatan yang menyebabkan terjadinya penyakit degeneratif (Sahrir Sillehu, 2019).

Menurut *World Health Organization* (2010), harapan hidup orang Indonesia diatas 60 tahun mencapai 20,7 juta orang kemudian bertambah 36 juta orang. Peningkatan usia harapan hidup menyebabkan populasi lanjut usia (lebih dari 75 tahun) meningkat secara pesat di negara berkembang dan akan berdampak pada pergeseran pola penyakit dari penyakit infeksi ke penyakit degeneratif. Salah satu penyakit degeneratif yang sering terjadi pada lansia adalah asam urat, diabetes melitus dan kolesterol (Rina.A dan Nurhidayati, 2014)

Diabetes melitus adalah penyakit yang ditandai oleh adanya hiperglikemia kronik akibat efek kerja maupun sekresi insulin. Apabila diabetes melitus yang tidak dikelola dengan baik dapat

menimbulkan berbagai komplikasi yang dapat memperburuk kesehatan. Apabila diabetes melitus tidak dikelola dengan baik dapat menimbulkan berbagai komplikasi yang dapat mengancam kehidupan. Bila tidak ditangani, komplikasi diabetes melitus dapat menyerang seluruh anggota tubuh seperti gangguan pembuluh darah otak, pembuluh darah mata, pembuluh darah jantung, pembuluh darah ginjal, dan pada pembuluh darah kaki (Putra, 2019).

Penyakit gout adalah salah satu tipe dari arthristis (rematik) yang disebabkan kadar asam urat yang tidak normal di dalam tubuh karena tubuh tidak bisa mengsekresikan asam urat secara seimbang. Asam urat adalah asam yang berbentuk kristal yang merupakan hasil akhir dari metabolisme purin, dimana purin merupakan salah satu komponen asam nukleat yang terdapat pada inti sel tubuh. Purin bisa didapatkan pada semua makanan yang berasal dari tanaman sayur, buah, kacang-kacangan dan makanan yang bersumber dari hewan seperti udang, cumi, kerang, kepiting dan ikan teri. Kadar normal asam urat pada pria yaitu 7 mg/dL, sedangkan pada wanita di bawah 6 mg/dL (Arjani, 2018).

Kolesterol banyak diderita oleh para lansia itu dikarenakan faktor usia yang semakin lama tubuh akan semakin sulit digerakkan, sehingga kolesterol didalam tubuh akan menumpuk dihati, oleh sebab itu dibutuhkan gerak yang seimbang antara pola makanan dan olahraga agar para lansia terhindar dari kolesterol berlebih, terutama penyakit yang dapat membunuh manusia dalam sekejap yaitu penyakit jantung dan lain lain. Aktifitas fisik dan olahraga yang kurang dapat memungkinkan pada lansia tidak mengalami proses metabolisme dan pembakaran kolesterol yang sempurna, dalam hal ini kolesterol yang ada makin menumpuk dalam pembuluh darah (Prastiwi, Desi Ayu., Swastini, I Gusti Agung Ayu Putu., Sudarmato, 2021).

Beberapa faktor yang mempengaruhi kejadian penyakit asam urat, diabetes melitus dan kolesterol yaitu kelebihan berat badan, aktivitas tubuh, gaya hidup, pola makan serta sosial ekonomi. Lansia yang memiliki pengetahuan dan perilaku hidup sehat dengan makanan seimbang akan meningkatkan derajat kesehatan pada lansia (Suarsih, 2020).

Menurut WHO dalam Siringo-ringo & Simbolon (2020) diabetes mellitus adalah keadaan hiperglikemia karena penurunan insulin atau resisten insulin. Prevalensi penyandang diabetes meletus di dunia pada tahun 2014 adalah sebanyak 387 juta dengan prevalensi 8,3% dan diperkirakan akan meningkat pada angka 592 juta pada tahun 2035. Angka kejadian diabetes meletus di Indonesia menempati posisi ke dua setelah Cina yaitu sebanyak 9,116 juta dengan prevalensi sebesar 5.8%).

Berdasarkan data yang diperoleh dari WHO menyatakan penderita radang sendi di Indonesia mencapai 81% dari populasi, hanya 24% yang pergi ke dokter sedangkan 71% cenderung langsung mengonsumsi obat-obatan peredar nyeri yang di jual bebas. Angka ini menempatkan Indonesia sebagai Negara paling tinggi menderita radang sendi jika dibandingkan dengan negara Asia lainnya, seperti Hongkong, Singapura, Malaysia dan Taiwan. Prevalensi penyakit persendian berdasarkan diagnosis nakes tertinggi di Bali (19,3%) di ikuti oleh Aceh (18,3%), Jawa Barat (17,5%) dan Papua (15,4%) (Arjani, 2018).

Data yang dirilis oleh Yayasan Kolestrol Indonesia sungguh membuat kita khawatir, bahwa kasus kolestrol tinggi di Indonesia pada setiap tahunnya mengalami peningkatan. Setelah tahun 2000 kasus kolestrol tinggi yang terdeteksi terus melonjak. Pada tahun 2004, beberapa penelitian di sejumlah rumah sakit menemukan berjumlah 23.636 orang sampai dengan tahun 2021 melonjak menjadi 100.231 orang.

Tingginya jumlah penderita asam urat, diabetes melitus dan kolesterol disebabkan karena perubahan gaya lansia. Bukan itu saja, kesadaran untuk menjaga kesehatan, mengatur pola makan dan minimnya aktivitas fisik juga bisa menjadi faktor penyebab sehingga diperlukan pemeriksaan kadar asam urat, gula darah dan kolesterol agar lansia dapat menjaga gaya hidup dan meningkatkan derajat kesehatannya.

## 2. METODE PENELITIAN

Metode pelaksanaan untuk mencapai tujuan program pengabdian masyarakat yaitu dengan pendampingan pemeriksaan KGD, asam urat dan kolesterol dimulai dengan penyuluhan,

demonstrasi, dan diskusi interkatif. Pendampingan diberikan tim yang telah mendapat pelatihan pemeriksaan KGD, asam urat dan kolesterol kepada lansia di UPT pelayanan sosial lanjut usia Binjai. Sebelum kita melakukan terapi panitia memberikan materi terkait dengan pengertian, tujuan, manfaat dan prosedur pelaksanaan, selanjutnya melakukan pemeriksaan kadar asam urat, gula darah dan kolesterol dan didokumentasikan pada lembar observasi.

Adapun langkah-langkah kegiatan pelaksanaan perawatan luka di UPT Pelayanan soasial lanjut usia Binjai sebagai berikut ini :

1. Tahap persiapan
  - a. Pada pertemuan pertama kegiatan di UPT Pelayanan sosial lanjut usia Binjai adalah menjelaskan peran yang diharapkan dari tim penyelenggara yang terlibat. Segala sesuatu yang di perlukan akan disiapkan sebaik mungkin.
  - b. Persiapan materi, alat dan bahan yang akan dibutuhkan dalam melakukan kegiatan pemeriksaan KGD, asam urat dan kolesterol di UPT Pelayanan sosial lanjut usia Binjai
  - c. Mengadakan rapat terakhir tim penyelenggara untuk memastikan persiapan masing-masing tim sudah matang, dilakukan minimal 1 minggu sebelum kegiatan. Dalam pertemuan ini juga jadwal diberitahukan kepada peserta oleh tim penyelenggara.
2. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pelaksanaan pemeriksaan KGD, asam urat dan kolesterol dilaksanakan pada lansia direncanakan juga harus memperhatikan : 1) alokasi dan jadwal kegiatan pelaksanaan, 2) dalam proses kegiatan pemeriksaan KGD, asam urat dan kolesterol memberikan kesempatan peserta yang terlibat dalam kegiatan agar mengetahui status kesehatan lansia. 3) keberhasilan kegiatan pemeriksaan kadar asam urat, gula darah dan kolesterol ditentukan oleh seberapa jauh tim penyelenggara melakukan perannya dengan baik dan mengetahui status kesehatan lansia sehingga dapat menjaga kesehatannya dalam kehidupan sehari-hari.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelaksanaan pemeriksaan kadar asam urat, gula darah dan kolesterol dilaksanakan pada lansia berjalan dengan baik sesuai metode yang telah ditentukan. Pelaksanaan alokasi dan jadwal kegiatan pelaksanaan, dalam proses kegiatan pemeriksaan KGD, asam urat dan kolesterol memberikan kesempatan peserta yang terlibat dalam kegiatan untuk bertanya dan lansia mengetahui status kesehatan serta tim penyelenggara melakukan perannya dengan baik. Berikut gambar pelaksanaan kegiatan:



Gambar 1. Para Lansia menunggu giliran untuk dilakukan pemeriksaan



Gambar 2. Melakukan pencatatan data diri setiap lansia



Gambar 3. Melakukan pemeriksaan kadar gula darah, asam urat dan kolesterol pada lansia

Pelaksanaan pemeriksaan kadar asam urat, gula darah dan kolesterol di UPT pelayanan sosial lanjut usia Binjai berjalan dengan baik. Sebelum pemeriksaan KGD, asam urat dan kolesterol, dilakukan penyuluhan kesehatan mengenai kadar gula darah, asam urat dan kolesterol. Hasil observasi peserta sangat antusias mengikuti kegiatan tersebut dan ada lansia yang mengajukan pertanyaan terkait dengan materi. Dalam kegiatan ini, pengurus menganjurkan para

peserta untuk tetap rutin mengikuti pemeriksaan kesehatan dan menjaga pola hidup yang baik agar bisa meningkatkan kesehatannya ( Putra, Y, 2019)

#### 4. KESIMPULAN

Pemeriksaan KGD, asam urat dan kolesterol pada lansia di UPT pelayanan sosial lanjut usia Binjai yang dilakukan oleh tim penyelenggara ditemukan bahwa lansia mengetahui status kesehatannya yang bertujuan agar lansia lebih memelihara kesehatan sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatannya.

#### REFERENSI

- Arjani, I. (2018). Gambaran Kadar Asam Urat, Glukosa Darah Dan Tingkat Pengetahuan Lansia Di Desa Samsam Kecamatan Kerambitan Kabupaten Tabanan. *Meditory : The Journal Of Medical Laboratory*, 6(1), 46–55. <https://doi.org/10.33992/M.V6i1.229>
- Ilham, M., Armina, A., & Kadri, H. (2019). Efektivitas Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam Menurunkan Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 8(1), 58. <https://doi.org/10.36565/Jab.V8i1.103>
- Prastiwi, Desi Ayu., Swastini, I Gusti Agung Ayu Putu., Sudarmato, I. G. (2021). Gambaran Kadar Kolesterol Total Pada Lansia Di Puskesmas Denpasar Selatan. *Jurnal Kesehatan Sainatika Meditory*, 9(2), 68–77. <http://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/meditory/article/view/244>
- Putra, Y. (2019). Tabanan Description Of Blood Sugar In Elderly In Nursing Home WanaSraya Denpasar And In Nursing Home Santi Tabanan. *Bmj.*, 6(1), 50–55
- Rina.A Dan Nurhidayati. (2014). Pemantauan Kadar Gula Darah Pada Lansia Nurhidayati 1 Rina Agustina 2 1, 2. *Pemantauan Kadar Gula Darah Pada Lansia*, 14(10), 10–13.=
- Sahrir Sillehu. (2019). Pemberian Terapi Musik Instrumental Untuk Menurunkan Tekanan Darah Lansia Di Negeri Herlauw Pauni Seram Utara Barat Kabupaten Maluku Tengah. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 10(1), 45–48.
- Siringo-Ringo, M., & Simbolon, P. (2020). Progressive Muscle Relaxation Terhadap Kualitas Tidur Dan Kadar Gula Darah Pada Diabetes Di Desa Hulu Wilayah Kerja Puskesmas Pancur Batu Kecamatan Pancur Batu Kabupaten Deli Serdang Tahun 2019. *Elisabeth Health Jurnal*, 5(1), 19–35. <https://doi.org/10.52317/Ehj.V5i1.277>
- Suarsih, C. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Kolestrol Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Tambaksari. *Jurnal Keperawatan Galuh*, 2(1). <https://doi.org/10.25157/Jkg.V2i1.3583>