

Pemeriksaan dan Penyuluhan Kesehatan Cabang Muhammadiyah Wiradesa Kabupaten Pekalongan

Health Examination And Counseling At The Muhammadiyah Wiradesa Branch Pekalongan Regency

Tuti Suparyati

Akademi Analis Kesehatan Pekalongan, Pekalongan

Korespondensi penulis: tutisuparyati@gmail.com*

Article History:

Received: November 30, 2023;

Accepted: Desember 15, 2023;

Published: Januari 31, 2024;

Keywords: Examination, Counseling,
Non-Communicable Diseases

Abstract. Muhammadiyah, Wiradesa branch, Pekalongan Regency, has a General Health Advisory Council (MPKU). Muhammadiyah is an organization that cares about the condition of society, namely the health condition and economic condition of the community. MPKU holds blood pressure, blood sugar, uric acid, cholesterol and free health education activities. , the location of the activity was centered in one of the Muhammadiyah/Aisyiyah Mayangan Branches, Wiradesa District, Pekalongan Regency. The Wiradesa Branch of the Muhammadiyah Public Health Advisory Council requires medical personnel to participate in carrying out these community service activities. The aim of this community service activity is Early Detection of Non-Communicable Diseases by providing health services in the form of checking blood pressure, blood sugar, uric acid, cholesterol and free health education.

Abstrak

Muhammadiyah cabang Wiradesa Kabupaten Pekalongan, memiliki Majelis Pembina Kesehatan Umum (MPKU) Muhammadiyah merupakan salah satu organisasi yang peduli dengan kondisi masyarakat yaitu kondisi kesehatan dan kondisi ekonomi masyarakat, MPKU mengadakan kegiatan pemeriksaan tekanan darah, gula darah, asam urat, kolesterol dan penyuluhan kesehatan gratis, tempat kegiatan tersebut dipusatkan di salah satu Ranting Muhammadiyah/ Aisyiyah Mayangan Kecamatan Wiradesa Kabupaten Pekalongan. Majelis Pembina Kesehatan Umum Muhammadiyah Cabang Wiradesa memerlukan tenaga medis untuk ikut dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat tersebut. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular dengan cara memberikan pelayanan kesehatan berupa pemeriksaan tekanan darah, gula darah, asam urat, kolesterol dan penyuluhan kesehatan gratis.

Kata Kunci: Pemeriksaan, Penyuluhan, Penyakit Tidak Menular

PENDAHULUAN

Penyakit yang terjadi pada manusia terbagi menjadi dua golongan yaitu penyakit menular dan penyakit tidak menular. Penyakit tidak menular antara lain yang termasuk penyakit degeneratif, gangguan metabolisme, keganasan dan lain-lain.

Penyakit Tidak Menular (PTM) adalah penyebab kematian terbanyak di Indonesia. Keadaan dimana morbiditas dan mortalitas PTM makin meningkat sedangkan penyakit

* Tuti Suparyati, tutisuparyati@gmail.com

menular (PM) masih merupakan masalah kesehatan penting, hal ini merupakan beban ganda dalam pelayanan kesehatan, tantangan yang harus dihadapi dalam pembangunan bidang kesehatan di Indonesia.

Hasil dari studi yang dilakukan oleh *The Institute for Health Metrics and Evaluation* dari *Universitas of Washington* dan peneliti dari Indonesia yang dipimpin dr Nafsiah Mboi, Sp. A. ditemukan 10 penyakit penyebab kematian di Indonesia tahun 2016, penyakit 3 urutan pertama adalah termasuk penyakit tidak menular (Penyakit Jantung Iskemik, Stroke dan Diabetes). Tanpa upaya pencegahan dan program pengendalian yang efektif, maka penderita diabetes akan terus meningkat di Indonesia. Prediksi WHO memperkirakan pada 2030 ada 21,3 juta penduduk Indonesia merupakan penderita diabetes. Penderita DM mengalami gangguan metabolisme distribusi glukosa sehingga tubuh tidak dapat memproduksi insulin dalam jumlah yang cukup, atau tidak mampu menggunakan insulin secara efektif sehingga gula dalam darah berlebihan.¹

Hasil riset kesehatan dasar (Riskesda) tahun 2018 menunjukkan bahwa secara nasional, prevalensi DM berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk semua umur yaitu sebanyak 1,5%. Prevalensi DM berdasarkan hasil pengukuran kadar glukosa darah pada penduduk yang bertempat tinggal di pedesaan sebanyak 1,0% dan provinsi Jawa Tengah memiliki prevalensi di atas prevalensi nasional.

Prevalensi penyakit asam urat di Indonesia menurut Riskesdas tahun 2018, berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan di Indonesia 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala 24,7% jika dilihat dari kriteria umur, prevalensi tinggi pada umur ≥ 75 tahun (54,8%). Angka tersebut menempatkan Indonesia sebagai negara tertinggi menderita gangguan sendi dibandingkan dengan negara lain.²

Penyakit tidak menular kebanyakan dimulai dari kadar yang tidak normal/ tinggi dari gula darah, kolesterol, asam urat dan tekanan darah. Penyakit tidak menular akan lebih baik dan lebih mudah penanganannya bila diketahui lebih awal, atau disebut deteksi dini dengan cara pemeriksaan laboratorium gula darah, kolesterol, asam urat dan tekanan darah.

Pengetahuan tentang penyakit tidak menular harus diketahui oleh semua orang supaya bisa dilakukan pencegahan karena sebagian penyakit tidak menular bisa dicegah dengan perbaikan gaya hidup, demikian pula anggota Aisyiyah dan Muhammadiyah, harus mempunyai pengetahuan tentang Penyakit Tidak Menular, sebagai upaya promotif dan preventif.

Majelis Pembina Kesehatan Umum (MPKU) Muhammadiyah Wiradesa Kabupaten Pekalongan mengadakan kegiatan pemeriksaan dan penyuluhan kesehatan secara gratis. Pemeriksaan berupa pemeriksaan tekanan darah, gula darah, asam urat dan kolesterol.

Penyuluhan dengan materi deteksi dini penyakit tidak menular melalui pemeriksaan tekanan darah, gula darah, asam urat dan kolesterol.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini adalah:

1. Pemeriksaan yaitu: pemeriksaan tekanan darah, gula darah, asam urat dan kolesterol.
2. Penyuluhan dengan materi deteksi dini penyakit tidak menular melalui pemeriksaan tekanan darah, gula darah, asam urat dan kolesterol.

HASIL

Acara pengabdian masyarakat sebagai Nara Sumber pada Pemeriksaan dan penyuluhan kesehatan gratis dengan tema “Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular”, dengan susunan acara sebagai berikut:

- a. Registrasi peserta dengan memberitahukan informasi terkait nama, alamat, usia, jenis kelamin.
- b. Pembukaan oleh Pimpinan Cabang Aisyiyah Wiradesa
- c. Jalan Sehat
- d. Penyuluhan oleh dr. Tuti Suparyati, M.Kes.
- e. Pemeriksaan gratis Tekanan darah, Gula darah, Asam urat dan Kolesterol Darah oleh Klinik Pratama Aisyiyah Wiradesa
- f. Konsultasi dengan Nara Sumber dr. Tuti Suparyati, M.Kes tentang hasil pemeriksaan Gula darah, Asam urat dan Kolesterol Darah bagi yang memerlukan.
- g. Penutup

Peserta Pengabdian kepada Masyarakat adalah anggota Aisyiyah/ Muhammadiyah Cabang Wiradesa Kabupaten Pekalongan. Jumlah peserta 69 orang.

Hasil pemeriksaan jumlah pasien = 69 orang dengan rincian sebagai berikut:

- a. Periksa tekanan darah (69 orang) : kriteria darah tinggi : 5 orang (7,2 %)
- b. Periksa gula darah sewaktu (69 orang), kriteria gula darah tinggi: 20 orang (28,9%)
- c. Periksa asam urat (55 orang), dengan kriteria asam urat tinggi : 3 orang (5,4 %)
- d. Periksa kolesterol (55 orang) , dengan kriteria kolesterol tinggi: 18 orang (32,7%)

DISKUSI

Pemeriksaan (Tekanan darah, Gula darah, Asam urat dan Kolesterol Darah gratis) dan penyuluhan kesehatan merupakan salah satu upaya dalam mengatasi masalah kesehatan masyarakat. Masyarakat sangat antusias dalam memanfaatkan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Tema kegiatan ini adalah deteksi dini penyakit tidak menular. Melalui kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dalam bentuk pemeriksaan tekanan darah, gula darah, asam urat dan kolesterol serta penyuluhan kesehatan.

Berdasarkan hasil pemeriksaan sebanyak 5 orang (7,2%) memiliki tekanan darah tinggi. Hipertensi sering disebut juga “*silent killer*” (pembunuh siluman) karena seringkali penderita hipertensi bertahun-tahun tanpa merasakan sesuatu gangguan atau gejala. Tanpa disadari penderita mengalami komplikasi pada organ-organ vital seperti jantung, otak ataupun ginjal. Gejala-gejala akibat hipertensi, seperti pusing, gangguan penglihatan dan sakit kepala seringkali terjadi pada saat hipertensi sudah lanjut disaat tekanan darah sudah mencapai angka tertentu yang bermakna.

Menurut hasil pemeriksaan sebanyak 20 orang (28,9 %) gula darah sewaktu diperoleh hasil gula darah tinggi. Glukosa darah merupakan gula yang berada dalam darah yang terbentuk dari karbohidrat dalam makanan dan disimpan sebagai glikogen di hati dan otot rangka. Hormon yang mempengaruhi kadar glukosa adalah insulin dan glukagon yang berasal dari pankreas. Nilai rujukan kadar glukosa darah dalam serum/ plasma 70- 110 mg/dl, glukosa dua jam post prandial (setelah pemberian glukosa) ≤ 140 mg/dl/2 jam, dan glukosa darah sewaktu ≤ 110 mg/dl.³

Faktor yang bisa mempengaruhi kadar glukosa pada tubuh seseorang ada dua, yang pertama yaitu faktor endogen (*humoral factor*) seperti insulin, glukagon, dan kortisol berguna untuk sistem reseptor pada sel hati dan otot. Kedua, faktor eksogen seperti jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi. Menurut penelitian lain, kadar glukosa darah dipengaruhi oleh karakteristik seseorang (jenis kelamin, usia, riwayat keluarga dengan diabetes), faktor diet (tinggi energi, tinggi karbohidrat, tinggi lemak, tinggi protein, dan rendah serat), aktivitas fisik yang kurang, hipertensi, status gizi (IMT dan lingkar perut), serta pengetahuan mengenai gizi.⁴

Selama ini orang lebih banyak fokus pada masalah kadar gula darah tinggi (hiperglikemia) karena bisa memicu beberapa komplikasi dalam jangka panjang. Tapi memiliki kadar gula darah yang rendah (hipoglikemia) juga bisa berbahaya bagi pasien karena bisa menyebabkan dirinya mengalami koma (penurunan kesadaran). Hipoglikemia (kadar glukosa darah yang abnormal atau rendah) terjadi kalau kadar glukosa turun di bawah 50 hingga 60

mg/dl (2,7 hingga 3,3mmol/L). Orang yang memiliki penyakit diabetes berisiko mengalami serangan hipo-glikemia (kadar gula darah yang rendah). Sebuah penelitian di Inggris menyebutkan dari 2.000 pasien penderita diabetes tipe 2 hampir 50 persen pernah mengalami gejala hipoglikemia.⁵

Hasil pemeriksaan kolesterol diperoleh sebanyak 18 orang (32,7%) memiliki kolesterol tinggi. Kolesterol merupakan salah satu komponen lemak atau zat lipid seperti yang kita ketahui, lemak merupakan salah satu zat gizi yang sangat diperlukan oleh tubuh kita selain zat gizi lainnya, seperti karbohidrat, protein, vitamin dan mineral. Lemak merupakan salah satu sumber energi yang memberikan kalori paling tinggi. Selain sebagai salah satu sumber energi, sebenarnya lemak atau khususnya kolesterol memang merupakan zat yang paling dibutuhkan oleh tubuh kita dan memiliki peranan penting dalam kehidupan manusia. Kolesterol secara terus-menerus dibentuk atau disintesis di dalam hati (liver). Bahkan sekitar 70% kolesterol dalam darah merupakan hasil sintesis di dalam hati, sedangkan sisanya berasal dari asupan makanan. Kolesterol juga merupakan bahan dasar pembentukan hormon-hormon steroid.⁶

Makin tinggi kadar kolesterol maka akan semakin tinggi pula proses aterosklerosis berlangsung. Berbagai penelitian epidemiologi, biokimia maupun eksperimental menyatakan bahwa yang memegang peranan penting terhadap terbentuknya aterosklerosis adalah kolesterol. Telah dibuktikan bahwa konsentrasi LDL kolesterol yang tinggi dalam darah akan menyebabkan terbentuknya aterosklerosis. Apabila sel-sel otot arteri tertimbun lemak maka elastisitasnya akan menghilang dan berkurang dalam mengatur tekanan darah. Akibatnya akan terjadi berbagai penyakit seperti hipertensi, aritmia, serangan jantung dan stroke, dan lain-lain.⁷

Hasil pemeriksaan yang tidak normal/ tinggi cukup banyak, maka diperlukan penanganan lebih lanjut dan edukasi untuk mencegah terjadinya penyakit lanjutan dan komplikasi dari penyakit tersebut. Peserta yang mendapatkan hasil pemeriksaan tinggi sudah disarankan untuk berobat ke fasilitas kesehatan agar segera terobati.

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan ini merupakan kegiatan yang sangat penting untuk membantu meningkatkan kesejahteraan kehidupan serta membantu mengetahui kondisi penyakit sejak dini. Dengan adanya kegiatan pemeriksaan ini dapat membantu masyarakat mengetahui kondisi tubuhnya terkhususnya kadar gula darah, tekanan darah, asam urat dan kolesterol.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Ucapan terimakasih kepada pimpinan Muhammadiyah Cabang Wiradesa Kabupaten Pekalongan dan warga sekitar atas partisipasinya dalam mengikuti kegiatan PkM ini.

DAFTAR REFERENSI

- Septianingrum, Elis., Liyanan, Bram K. Review Index Glikemik Beras. journals.ums.ac.id/index.php/JK/article/download/3434/2174. (2016).
- Balitbang Kemenkes RI. Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). Jakarta : Kemenkes RI. <http://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/hasil-riskesdas-2018.pdf>. (2018).
- Sunita R. Variasi Waktu Pemeriksaan Glukosa Darah Puasa Pada Penderita Diabetes Melitus. *J Nurs Public Heal*. (2021);9(1):78–81.
- Suryanto I, Puspita ID. Hubungan Asupan Karbohidrat dan Lemak dengan Gejala Hipoglikemia Pada Remaja Di SMA Sejahtera 1 Depok. *Ghidza J Gizi dan Kesehat*. (2020);4(2):197–205.
- Noorhidayah, Parellanggi A, Rahman G. Hubungan Pengetahuan dengan Tanda dan Gejala Hipoglikemia yang Dipersepsikan Pasien Diabetes Melitus yang Dirawat di RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda. *J Husada Mahakam*. (2012);3(2):45–94.
- Anies. (2015). Kolesterol dan Penyakit Jantung Koroner. Jokjakarta: ArRuzz Media.
- Wigati, A.M. (2007). Pengaruh Pemberian Sari Sedu Teh Hijau (*Camellia sinensis*) Terhadap Penebalan Tunika Aorta Jantung Tikus (*Rattus norvegicus*) yang Diberi Diet Tinggi Lemak. Skripsi tidak diterbitkan. Malang: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Biologi Universitas Muhammadiyah Malang.