

Monitoring Glukosa Darah Dan Tekanan Darah Pada Lansia Di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda

Rinda Aulia Utami¹, Muhammad Fahmi Aminuddin², Rifky Saldi A Wahid³, Resna Belinda⁴

^{1,2,3,4}ITKES Wiyata Husada Samarinda

E-mail : ¹rindaaulia@itkeswhs.ac.id, ²mfahmiaminuddin@itkeswhs.ac.id, ³rifkysaldi@itkeswhs.ac.id

Abstrak

Saat ini penyakit degeneratif sudah bisa ditemukan pada usia 30-40 tahun. Pencegahan penyakit degeneratif bisa dicegah dengan cara screening kesehatan pada usia diatas 30 tahun. Hal ini jika diabaikan, maka akan berisiko terjadinya penyakit Diabetes Mellitus sehingga jatuh pada keadaan yang lebih berat dengan munculnya komplikasi Diabetes Mellitus. Kondisi lansia sekarang banyak terkena penyakit degerativ. Hal ini dikarenakan oleh berbagai faktor, yaitu faktor penyakit, faktor genetik, faktor usia, faktor gender, kurang gerak, asupan garam, obesitas, kurang tidur, makanan berlemak, kalori dan kadar gula, gaya hidup yang tidak sehat, dan stres. Oleh karena itu tujuan pengabdian masyarakt ini yaitu masyarakat perlu diberikan pemahaman bahwa melakukan pemeriksaan kesehatan tidak harus menunggu adanya keluhan atau kejadian sakit dan olahraga lansia agar kondisi fisik lebih bugar. Salah satu cara untuk mendeteksinya adalah screening pemeriksaan tekanan darah dan glukosa darah. Hasil pengabdian masyarakat ini ditemukan bahwa terdapat 17 orang (49%) dengan tekanan darah yang tinggi, dan kadar Glukosa darah tinggi ada 13 orang (37%). Kesimpulan dari hasil ini bahwa sebaiknya monitoring kesehatan dilakukan secara berkala sebagai upaya skrining kesehatan dan mencegah adanya komplikasi selanjutnya.

Kata kunci: *Glukosa Darah, Hipertensi, Tekanan Darah, Lansia*

*Corresponding Author:

Rinda Aulia Utami,

Program Studi Sarjana Terapan Teknologi Laboratorium Medis, ITKES Wiyata Husada Samarinda

Jln. Kadrie Oening 77, Samarinda, Indonesia.

Email: rindaaulia@itkeswhs.ac.id

1. PENDAHULUAN

Tren penyakit degeneratif semakin hari semakin meningkat. Saat ini terjadi pergeseran angka kejadian penyakit degeneratif. Penyakit tersebut semula dialami oleh para lansia dengan usia 50 tahun ke atas. Salah satu gangguan kesehatan yang paling banyak dialami oleh lansia adalah pada sistem kardiovaskuler. Pada usia lanjut sensitivitas pengaturan tekanan darah yaitu reflex baroreseptor mulai berkurang (Astutik *et al*, 2021). Namun saat ini penyakit degeneratif sudah bisa ditemukan pada usia 30-40 tahun. Pencegahan penyakit degeneratif bisa dicegah dengan cara screening kesehatan pada usia diatas 30 tahun (Ifadah, 2019).

Hal ini jika diabaikan, maka akan berisiko terjadinya penyakit Diabetes Mellitus sehingga jatuh pada keadaan yang lebih berat dengan munculnya komplikasi Diabetes Mellitus. Menurut World Health Organization (WHO) dalam (Akbar, 2021) telah memperhitungkan bahwa di tahun 2025, Indonesia akan mengalami peningkatan jumlah warga lansia sebesar 41,4% yang merupakan sebuah peningkatan tertinggi di dunia. Perserikatan Bangsa Bangsa memperkirakan bahwa di tahun 2050 jumlah lansia di Indonesia sebanyak 60 juta jiwa. Hal ini menyebabkan Indonesia berada pada peringkat ke-41 (Yanti *et al*, 2021). Pemeriksaan glukosa darah merupakan pemeriksaan yang paling sering dilakukan karena memiliki peran yang penting

dalam proses metabolisme di dalam tubuh (Rahmatunisa *et al*, 2021).

Kondisi lansia sekarang dipaparkan oleh tidak adanya waktu, tempat, dan kesempatan bagi lansia dalam melakukan aktivitas. Hal ini dikarenakan oleh berbagai faktor, yaitu faktor penyakit, faktor genetik, faktor usia, faktor gender, kurang gerak, asupan garam, obesitas, kurang tidur, makanan berlemak, kalori dan kadar gula, gaya hidup yang tidak sehat, dan stres (Rahmiati *et al*, 2020). Seorang penderita hipertensi mungkin akan menjadi cemas disebabkan penyakit hipertensi yang cenderung memerlukan pengobatan yang relatif lama, risiko komplikasi dan dapat memperpendek usia. Risiko komplikasi pada hipertensi yaitu stroke, retinopati diabetic, kerusakan ginjal dan jantung coroner (Suciana, 2020). Tingkat pengetahuan juga mempengaruhi aktifitas fisik seseorang karena terkait pekerjaan yang dilakukan. Orang yang tingkat pendidikannya tinggi biasanya lebih banyak bekerja dikantoran dengan aktifitas fisik sedikit. Sementara itu, orang yang tingkat pendidikannya rendah lebih banyak menjadi buruh maupun petani dengan aktifitas fisik yang cukup atau berat. Meningkatnya tingkat pendidikan akan meningkatkan kesadaran untuk hidup sehat dan memperhatikan gaya hidup dan pola makan (Nadia, 2021). Tujuan pengabdian yang dilakukan yaitu: (1) Mengaja masyarakat untuk senam lansia agar fisik lebih sehat dan terjaga, (2) Memberikan edukasi kesehatan tentang

*Corresponding Author:

Rinda Aulia Utami,

Program Studi Sarjana Terapan Teknologi Laboratorium Medis, ITKES Wiyata Husada Samarinda

Jln. Kadrie Oening 77, Samarinda, Indonesia.

Email: rindaaulia@itkeswhs.ac.id

pelaksanaan penyakit degeneratif khususnya hipertensi dan diabetes Mellitus, (3) Melakukan skrining kesehatan dengan pengukuran tekanan darah dan kadar gula sewaktu.

2. METODE PENGABDIAN

Metode yang digunakan pada pengabdian kepada masyarakat ini berupa pemberian edukasi dan pemeriksaan kesehatan yaitu skrining *Point Of Care Testing* (POCT) yaitu skrining pemeriksaan glukosa dan tekanan darah. Edukasi yang diberikan dalam bentuk penyuluhan melalui media presentasi mengenai faktor resiko penyakit hipertensi dan Diabetes Mellitus. Penyebab, tanda dan gejala, penatalaksanaan penyakit serta perlunya monitoring secara mandiri dan berkala terhadap tekanan darah dan Diabetes Mellitus terutama kepada pasien yang memiliki faktor resiko sehingga dapat mencegah komplikasi lebih lanjut. Sasaran kegiatan adalah seluruh lansia yang berada di panti sosial tresna werdha nirwana puri Kota Samarinda, Kalimantan Timur.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah masyarakat yang tinggal di panti jompo. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan tiga tahap. Tahap pertama yaitu senam lansia kemudian

pendaftaran, tahap kedua yaitu pengecekan glukosa darah dan tekanan darah dengan menggunakan alat glukometer dan tahap ketiga pemeriksaan glukosa menggunakan alat pengukur strip Glukosa Nesco metode stik. Sampel darah diambil dari ujung jari (darah kapiler) sebagai bahan pemeriksaannya. Jumlah peserta yang terlibat adalah 35 orang. Monitoring ini dilakukan untuk mengetahui kondisi kesehatan masyarakat yang berada dipanti jompo sehingga dapat mencegah terjadinya penyakit degeneratif. Data hasil pengukuran tekanan darah dan Glukosa Darah Sewaktu dicatat dalam formulir lembar hasil pemeriksaan yang sudah disediakan. Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini didapatkan hasil pemeriksaan pemeriksaan sebagai berikut: Berdasarkan kategori usia menurut Depkes (Kemkes, 2023). Kategori usia peserta dan yang paling banyak adalah pada usia diatas >60 tahun dan bejenis kelamin perempuan yaitu 60%. Berdasarkan hasil pengamatan karakteristik kesehatan peserta dapat dilihat pada Tabel 3.1 dan Tabel 3.2

Tabel 3.1. Kategori Responden Berdasarkan Usia

Kategori	Umur	Jumlah Responden	Persentase (%)
Dewasa (Pra-Lansia)	45-59	6	17
Lansia	>60	29	83
Jumlah		35	100%

Sumber : Data primer, 2023)

*Corresponding Author:

Rinda Aulia Utami,

Program Studi Sarjana Terapan Teknologi Laboratorium Medis, ITKES Wiyata Husada Samarinda
Jln. Kadrie Oening 77, Samarinda, Indonesia.

Email: rindaaulia@itkeswhs.ac.id

Tabel 3.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
1	Laki-laki	21	60
2	Perempuan	14	40
Jumlah		35	100%

(Sumber : Data primer, 2023)

Berdasarkan tabel 1 dan 2 bahwa responden pada kegiatan pemeriksaan Glukosa dan Tekanan darah yang berjumlah 35 orang dengan perbandingan laki-laki sebanyak 21 orang dan perempuan sebanyak 14 orang. Kategori pada usia responden dikategorikan mulai dari Pra-Lansia (17%), Lansia (83%). Peningkatan glukosa darah meningkatkan resiko diabetes Mellitus seiring dengan bertambahnya umur begitupula dengan teknanan darah, khususnya pada usia lansia beresiko tinggi. Berikut hasil pemeriksaan Glukosa darah yang dilakukan di Panti sosial werdha nirwana puri Samarinda.

Tabel 3.3 Hasil Pemeriksaan Glukosa Darah

No	Kadar Glukosa	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Normal (70-130 mg/dl)	22	63
2	Hiperglikemia (>130 mg/dl)	13	37
Jumlah		35	100%

(Sumber : Data primer, 2023)

Berdasarkan tabel 3 bahwa pemeriksaan glukosa pada lansia yang berjumlah 35 orang adalah didapatkan hasil normal sebanyak 22 orang (63%) dan responden indikasi hiperglikemia sebanyak 13 orang (37%).

Tabel 3.4 Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah

No	Tekanan Darah	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Normal (<120/80 mmHg)	18	51%
2	Diatas normal (>120/80 mmHg)	17	49%
Jumlah		35	100%

(Sumber : Data primer, 2023)

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa Hasil pemeriksaan diperoleh pemeriksaan Tekanan Darah pada lansia yang berjumlah 35 orang adalah didapatkan hasil normal sebanyak 18 orang (51%) dan abnormal sebanyak 17 orang (49%). Hasil deteksi ini menunjukkan bahwa masyarakat banyak yang belum mengetahui dirinya menderita hipertensi dan atau DM. Hasil tersebut dapat menjadi acuan sebagai lanjutan pemeriksaan kepada bapak ibu yang ada dipanti yang ingin memeriksakan kesehatannya lebih lanjut.

Kegiatan penyuluhan di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri dapat berlangsung baik dan lancar. Semua peserta dengan antusias mengikuti kegiatan penyuluhan dan terlibat aktif dalam diskusi sampai seluruh kegiatan selesai. Pemberian materi edukasi kesehatan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan tentang penyakit degeneratif khususnya hipertensi dan DM serta pengetahuan tentang pemeriksaan atau monitoring tekanan darah secara berkala. Hal ini dapat terlihat dari perubahan pengetahuan yang belum mengetahui jadi paham terkait materi tersebut. Hasil pemeriksaan yang dilakukan sebagai deteksi dini peserta penderita hipertensi dan DM untuk mengetahui kondisi Tes darah untuk mengukur kadar glukosa darah bisa dilakukan untuk mendeteksi dini diabetes mellitus.

*Corresponding Author:

Rinda Aulia Utami,

Program Studi Sarjana Terapan Teknologi Laboratorium Medis, ITKES Wiyata Husada Samarinda

Jln. Kadrie Oening 77, Samarinda, Indonesia.

Email: rindaaulia@itkeswhs.ac.id

4. DOKUMENTASI



Gambar 4.1 Pemeriksaan Glukosa dan Tekanan Darah



Gambar 4.2 Senam lansia dan penutupan acara

5. RENCANA TINDAK LANJUT

Tes ini bisa mencakup pemeriksaan gula darah sewaktu sedangkan pemeriksaan pengukuran tekanan darah adalah salah satu langkah utama dalam deteksi dini hipertensi. Tekanan darah yang tinggi dapat menjadi indikasi hipertensi. Pada saat dilakukan konsultasi kesehatan, tim pengabdian memberikan saran dan motivasi kepada para peserta agar segera melakukan pemeriksaan kepuskesmas atau layanan kesehatan terdekat sehingga dapat diberikan terapi yang tepat dan obat untuk mencegah adanya komplikasi.

6. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil edukasi dan monitoring kesehatan pra lansia dan lansia dengan tekanan darah tinggi (hipertensi) terdapat 17 orang (49%), dan Glukosa darah tinggi ada 13 orang (37%).

7. SARAN

Monitoring kesehatan yaitu mencakup pemeriksaan Tekanan darah dan glukosa darah dan pemberian edukasi lanjutan sebaiknya dilakukan secara berkala sebagai upaya skrining kesehatan dan mencegah adanya komplikasi.

8. DAFTAR PUSTAKA

- Astutik, Mila Febri, and Mariyam Mariyam. 2021. "Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Menggunakan Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat."
- Ifadah, Erlin, and Thika Marliana. 2019. "Pemeriksaan Kesehatan Tekanan Darah Dan Glukosa Darah (DM) Gratis Di Wilayah Kampung Sawah Lebak Wangi Jakarta Selatan." *Jurnal Pelayanan dan Pengabdian Masyarakat* 3(1): 20–26.

*Corresponding Author:

Rinda Aulia Utami,

Program Studi Sarjana Terapan Teknologi Laboratorium Medis, ITKES Wiyata Husada Samarinda

Jln. Kadrie Oening 77, Samarinda, Indonesia.

Email: rindaaulia@itkeswhs.ac.id

- Kesehatan, Kementerian. 2023. *Kategori Usia*.
- Nadia Lia Emylia, Veni Fatmawati. 2021. "Pengaruh Senam Diabetes Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Pada Lansia : Narative Review Program Studi Fisioterapi S1 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta Penurunan Kadar Glukosa Pada Lansia : Narative Review."
- Rahmatunisa, Annisa Nasri, Yusup Ali, and Ela Melani Ms. 2021. "Perbandingan Hasil Pemeriksaan Glukosa Darah Pada Serum Segera Dan Ditunda Selama 24 Jam." *Kesehatan Masyarakat* 5: 1180–85.
- Rahmiati, Cut, Keperawatan Kesdam, Iskandar Muda, and Senam Lansia. 2020. "Jurnal Penjaskesrek." 7(1): 15–27.
- Suciana, Fitri, Nur Wulan Agustina. 2020. "Korelasi Lama Menderita Hipertensi Dengan Kecemasan Penderita Hiperntensi." : 146–55.
- Yanti, Dorna, and Lola Silaban. 2021. "Gambaran Kadar Glukosa Darah Pada Lansia Di Sentra Vaksinasi Covid-19 Fakultas Kedokteran Universitas." *Ebers papyrus* 27(1): 45–53.

*Corresponding Author:

Rinda Aulia Utami,

Program Studi Sarjana Terapan Teknologi Laboratorium Medis, ITKES Wiyata Husada Samarinda
Jln. Kadrie Oening 77, Samarinda, Indonesia.

Email: rindaaulia@itkeswhs.ac.id