

SCREENING KESEHATAN PENYAKIT ASAM URAT & DIABETES MELLITUS PADA LANSIA DI PANTI WERDHA MOJOPAHIT MOJOKERTO

Wesiana Heris Santy

UNUSA, wesiana@unusa.ac.id

Wiwik Winarningsih

UNUSA, wiwikwinarningsih62@yahoo.com

Abstrak

Meningkatnya usia sejalan dengan penurunan fungsi organ tubuh sehingga menyebabkan timbulnya beberapa penyakit degenerative salah satunya yaitu diabetes mellitus dan penimbunan asam urat. Diabetes mellitus merupakan penyakit menahun yang ditandai oleh kadar glukosa darah yang melebihi normal dan apabila dibiarkan tak terkendali, penyakit ini akan menimbulkan penyakit-penyakit yang berakibat fatal, diantaranya penyakit jantung, ginjal, kebutaan dan amputasi. Tujuan kegiatan pengabdian untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia agar menjadi lansia yang sehat dan bahagia di usia senja melalui kegiatan screening kesehatan pada lansia. Metode kegiatan melalui kegiatan screening dan penyuluhan secara langsung pada lansia yaitu meliputi: pemeriksaan tekanan darah, pemeriksaan kadar gula darah, asam urat pada lansia serta peningkatan pengetahuan dan pendidikan kesehatan mengenai pola hidup sehat pada lansia di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto. Hasil yang didapatkan sebagai berikut: dari 42 hampir setengahnya 21 (50%) orang berada pada kategori lansia tua (*old*), sebagian besar 32 (76,20%) orang berada dalam kategori kadar gula darah acak normal dan sebagian kecil 5 (11,90%) orang mempunyai kadar gula darah di atas normal, hampir seluruhnya 32 (80,95%) orang mempunyai kadar asam urat normal, dan terjadi peningkatan pengetahuan setelah diberi penyuluhan kesehatan dari tingkat pengetahuan sangat kurang menjadi tingkat pengetahuan cukup baik.

Kata kunci: lansia, penyuluhan kesehatan, asam urat, diabetes mellitus

Abstract

Increased age in line with the decline in organ function causing the occurrence of several degenerative diseases one of which is diabetes mellitus and accumulation of uric acid. Diabetes mellitus is a chronic disease characterized by blood glucose levels that exceed normal and if left unchecked, the disease will cause diseases that are fatal, such as heart disease, kidney, blindness and amputation. The purpose of dedication activities to improve elderly health status to be healthy and happy elderly in old age through health screening activities in elderly. Activity method through screening and counseling directly on elderly include: blood pressure examination, blood glucose examination, uric acid in elderly and improvement of knowledge and health education about healthy life pattern at elderly at Panti Werdha Mojopahit Mojokerto. The results were as follows: out of 42 nearly half of 21 (50%) people were in the old elderly category, most 32 (76.20%) people were in the normal random blood sugar category and a small percentage of 5 (11, 90%) people have blood sugar levels above normal, almost 32 (80.95%) people have normal uric acid levels, and there is an increase in knowledge after being given health counseling from very poor knowledge level to a fairly good level of knowledge.

Keywords: elderly, health counseling, gout, diabetes mellitus

PENDAHULUAN

Proses menua pada manusia merupakan fenomena yang tidak dapat dihindarkan. Semakin baik pelayanan kesehatan sebuah bangsa makin tinggi pula harapan hidup masyarakatnya dan makin tinggi pula jumlah penduduknya yang berusia lanjut. Demikian pula di Indonesia.

Diabetes mellitus (DM) merupakan suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemi yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau kedua-duanya. Hiperglikemia kronik pada diabetes berhubungan dengan kerusakan jangka panjang, disfungsi atau kegagalan beberapa organ tubuh, terutama mata(retinopati), ginjal(nefropati), saraf (neuropati), jantung dan pembuluh darah. World Health Organization (WHO) sebelumnya telah merumuskan bahwa diabetes melitus merupakan sesuatu yang tidak dapat dituangkan dalam satu jawaban yang jelas dan singkat tetapi secara umum dapat dikatakan sebagai suatu penyakit kronis yang disebabkan oleh gangguan pankreas dalam memproduksi insulin atau kondisi dimana badan tidak dapat menggunakan insulin yang dihasilkan oleh pankreas secara efisien. Kedua-dua keadaan ini akhirnya akan menyebabkan peningkatan konsentrasi glukosa dalam darah.

Asam urat telah dikenal sejak abad V SM. Penyakit asam urat adalah istilah yang sering digunakan untuk menyebut salah

satu jenis penyakit rematik artikuler. Asam urat merupakan substansi hasil akhir nucleic acid atau metabolisme purin dalam tubuh. Berdasarkan penyelidikan bahwa 90% dari asam urat merupakan hasil katabolisme purin yang dibantu oleh enzim guanase dan ksantin oksidase. Seseorang dikatakan menderita asam urat jika ditemukan asam urat dalam darah tinggi, hasil pemeriksaan mikroskopik dari cairan sendi atau tofus ditemukan kristal asam urat yang berbentuk jarum. Kadar asam urat pada pria dan wanita berbeda, menurut tes enzimatik normalnya maksimum 7 mg/dl. Kadar asam urat pada pria sekitar 3,5-7 mg/dl dan perempuan 2,6-6 mg/dl (Smart. Aqila, 2010).

Di Indonesia saat ini penyakit DM belum menempati skala prioritas utama pelayanan kesehatan walaupun sudah jelas dampak negatifnya, yaitu berupa penurunan kualitas SDM, terutama akibat penyulit menahun yang ditimbulkannya (Selamet Suyono, Reno Gustaviani, Sidartawan Soegondo, 2007). Dari berbagai penelitian epidemiologis di Indonesia didapatkan prevalensi DM sebesar 1,5 – 2,3 % pada penduduk usia lebih dari 15 tahun, bahkan pada suatu penelitian epidemiologis di Manado didapatkan prevalensi DM 6,1 %. Penelitian yang dilakukan di Jakarta, Surabaya, Makasar dan kota-kota lain di Indonesia

membuktikan adanya kenaikan prevalensi dari tahun ketahun. Berdasarkan pola pertambahan penduduk, diperkirakan pada tahun 2020 nanti akan ada sejumlah 178 juta penduduk berusia diatas 20 tahun dan dengan asumsi prevalensi DM sebesar 4 % akan didapatkan 7 juta pasien DM, suatu jumlah yang sangat besar untuk dapat ditangani oleh dokter spesialis/subspesialis/endokrinologis.

Di dunia prevalensi penyakit persendian khususnya penyakit asam urat mengalami kenaikan 2 kali lipat antara tahun 1990-2010. Hasil riset kesehatan dasar (Rikesdas) tahun 2013 menunjukkan penyakit persendian di Indonesia masih cukup tinggi. Di Jawa Tengah prevalensi penyakit asam urat belum diketahui secara pasti. Namun dari suatu survey epidemiologik yang dilakukan di Jawa Tengah atas kerjasama WHO terhadap 4.683 sampel berusia 15-45 tahun, didapatkan prevalensi artritis asam urat sebesar 24,3% (Nengsi dkk, 2014). Hasil penelitian bagian ilmu penyakit dalam dan rematik Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang, Jawa Timur mengungkapkan bahwa 36,9% dari 1.600 pasien arhritis usia 40 tahun ke atas, sedangkan di wilayah Mojokerto pada tahun 2013 jumlah penduduk lansia sebesar 9,46% dari 1.123.239 jiwa penduduk (Junaidi, 2013).

Berdasarkan hasil penghitungan survey lansia yang tinggal di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto pada tanggal 2 Mei

2018 lansia yang tinggal di panti berjumlah 42 orang, Dari hasil wawancara 10 orang lansia di dapatkan 6 lansia mengeluh sulit tidur dan sering terbangun di malam hari karena nyeri pada kaki seperti linu-linu.

Berdasarkan berbagai dampak yang ditimbulkan, banyak pengobatan yang dapat dilakukan untuk mencegah keluhan asam urat dan diabetes militus. Sebagian besar orang lebih memilih jalur medis untuk mengobati penyakit ini, tetapi ada juga yang mencoba beralih ke pengobatan alternatif. Dalam pengobatan konvensional belum ada obat yang dapat mengurangi kadar asam urat dan kadar gula yang berlebihan di dalam darah, meskipun telah ditemukan obat yang dapat menekan produksi asam urat, meskipun obat-obat tersebut tidak sepenuhnya aman. Penderita asam urat dapat mengontrol kesehatan sendiri sebelum terjadi serangan yang berlebihan, salah satunya adalah dengan mengkonsumsi cairan yang tinggi, terutama dari minum, serta olahraga atau gerakan fisik dapat membantu pengeluaran asam urat, dan pemeriksaan kesehatan secara berkala.

Pemeriksaan kadar gula darah dan asam urat merupakan salah satu pencegahan yang bisa dilakukan terkait penyakit diabetes militus dan asam urat. Dengan melakukan cek secara rutin akan mengurangi resiko-resiko penyakit yang tidak dikehendaki secara dini.

GAMBARAN UMUM MASYARAKAT SASARAN

Panti Werdha Mojopahit Mojokerto merupakan panti yang berada di daerah Mojokerto. Lansia yang berada di panti tersebut dibiayai oleh negara selama hidupnya dimana saat usia sudah mulai menua akan menghambat pula proses memori dari mereka. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia .

METODE

Metode pelaksanaan dalam program pengabdian kepada masyarakat melalui pemeriksaan asam urat dan pemeriksaan kadar gula darah di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto ini melalui 3 (tiga) tahap yaitu :

3.1 Pra Kegiatan

3.1.1 Rapat strategi pelaksanaan

Rapat strategi pelaksanaan akan dipimpin oleh ketua pelaksana untuk membahas mengenai strategi dan perencanaan program pengabdian pada masyarakat yang dilaksanakan pada tanggal 3 Mei 2018.

- a. Pembuatan proposal Pengabdian kepada Masyarakat
- b. Perencanaan kegiatan yang akan dilakukan
- c. Pembagian tugas dalam pelaksanaan kegiatan

3.1.2 Survei lokasi

Survei dilakukan paling lambat satu hari sebelum dilaksanakan kegiatan untuk mengatur tata letak perlengkapan dan bentuk kegiatan.

3.1.3 Persiapan sarana dan prasarana

- a. Pembuatan spanduk kegiatan
- b. Peminjaman proyektor
- c. Persiapan tempat pelaksanaan kegiatan
- d. Peminjaman alat dan pembelian stik GDA, *handschoen*, lancet, alkohol swab.
- e. Pembuatan Absensi peserta dan daftar hasil pemeriksaan

3.2 Pelaksanaan Kegiatan

Tahap pelaksanaan kegiatan adalah tahap utama dari program pengabdian pada masyarakat. Sasaran kegiatan pada tahap pelaksanaan adalah lansia Panti Werdha Mojopahit Mojokerto. Dibagi menjadi 3 sesi kegiatan, distribusi pelaksanaan adalah sebagai berikut :

3.2.1 Pendaftaran

Pada tahap ini peserta (seluruh lansia di Panti Werdha Mojopahit) mengisi buku kehadiran yang telah disiapkan oleh panitia dan tim.

3.2.2 Pemeriksaan kadar gula darah dan asam urat

Peserta dilakukan pemeriksaan kadar gula darah dan asam urat secara bergantian.

3.2.3 Pre Test

Pretest adalah kegiatan menguji tingkat pengetahuan sasaran

mengenai materi yang akan disampaikan, dalam hal ini adalah pengetahuan mengenai pola hidup sehat pada diabetes mellitus dan asam urat. Kegiatan ini dilakukan sebelum pemaparan oleh pemateri. Uji tingkat pengetahuan menggunakan selebar kuisisioner yang diberikan kepada responden untuk diisi sesuai kemampuan.

3.2.4 Pendidikan kesehatan mengenai hidup sehat.

Kegiatan inti dari pengabdian masyarakat ini adalah memberikan pendidikan kesehatan/ pemaparan materi mengenai pentingnya hidup sehat berupa menjaga pola makan, kepatuhan minum obat, mengelola stres, aktifitas yang sehat/ olahraga dan pemeriksaan kadar gula darah dan asam urat sebagai upaya mengetahui gula darah dan asam urat dalam batas normal serta meningkatkan kualitas kesehatan para lansia yang ada di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto sehingga akan tetap bisa mengontrol kesehatannya.

Penyuluhan/pemaparan materi akan disampaikan oleh ketua dan anggota pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat dengan menggunakan metode ceramah dan Tanya jawab.

3.2.5 Post Test

Posttest adalah kegiatan menguji tingkat pengetahuan sasaran mengenai materi yang disampaikan. Tujuan

kegiatan mengetahui peningkatan pengetahuan masyarakat dari sebelum mendengarkan paparan/ penyuluhan dengan pengetahuan setelah mendengarkan paparan/ penyuluhan yang disampaikan oleh pemateri.

3.3. Pasca Kegiatan

Tahap pasca kegiatan adalah tahap akhir dari program pengabdian pada masyarakat, dalam tahap ini akan dilakukan evaluasi dan pembuatan laporan kegiatan. Evaluasi dilakukan sebelum dan sesudah penyuluhan. Sebelum penyuluhan bertujuan untuk mengetahui pengetahuan awal masyarakat tentang pola hidup sehat dan pemeriksaan kadar gula darah serta asam urat. Sedangkan evaluasi sesudah penyuluhan bertujuan untuk mengetahui perubahan pemahaman masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran umum Responden

1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia

Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Usia

No	Kategori Lanjut Usia	Jumlah	(%)
1.	Usia Pertengahan (middle age) 45-59 tahun	2	4,76%
2.	Lanjut Usia (elderly) 60-74 tahun	18	42,86 %
3.	Lanjut Usia Tua (Old) 75-90 tahun	21	50,%

4.	Usia Sangat Tua (Very Old) > 90 tahun	1	2,38%
Total Keseluruhan		42	100%

Berdasarkan tabel 1 kategori usia pada lanjut usia di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto setengahnya 21 (50%) orang termasuk pada kategori lanjut usia tua (old), sedangkan sebagian kecil 1 (2,38%) termasuk pada kategori usia sangat tua (very old).

2. Distribusi Responden Berdasarkan Klasifikasi Kadar Gula Darah Acak

Tabel 2 Distribusi Responden Berdasarkan Klasifikasi Kadar Gula Darah Acak

No	Kategori Kadar Gula Darah Acak	Jumlah	(%)
1.	Tidak Normal (< 100)	3	7,14%
2.	Normal (< 200)	32	76,2%
3.	Tidak Normal (≥ 200)	5	11,9%
4.	Tidak Terkaji	2	4,76%
Total Keseluruhan		42	100%

Berdasarkan tabel 2 kategori kadar gula darah acak pada lanjut usia di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto hampir seluruhnya 32 (76,20%) orang kadar gula darahnya normal. Sedangkan sebagian kecil 5 (7,14%) orang kadar gula darahnya ≥ 200 , dan 3 (7,14%) orang gula darah < 100 mmHg.

3. Distribusi Responden Berdasarkan Klasifikasi Kadar Asam Urat

Tabel 3 Distribusi Responden Berdasarkan Klasifikasi Kadar Asam Urat

No	Kategori Kadar Asam Urat	Jumlah	(%)
1.	Normal	34	80,95%
2.	Tidak Normal	6	14,29%
3.	Tidak Terkaji	2	4,76%
Total Keseluruhan		42	100%

Berdasarkan tabel 3 kategori kadar asam urat pada lanjut usia di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto hampir seluruhnya 34 (80,95%) kadar asam uratnya normal. Sedangkan sebagian kecil 6 (14,29%) kadar asam uratnya tidak normal

4. Distribusi Responden Berdasarkan Hasil *Pre-Test*

Table 4 Distribusi Hasil *Pre Test*

Kategori	Jumlah	(%)
Baik	-	0 %
Cukup Baik	5 orang	21,74 %
Kurang	7 orang	30,43 %
Sangat Kurang	11 orang	47,83 %
Total Keseluruhan	23 orang	100 %

Berdasarkan tabel 4 Pengetahuan dari 23 lansia di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto sebelum dilakukan penyuluhan pola hidup sehat yang diambil secara random sampling hampir setengahnya 11 (47,83 %) orang pada kategori pengetahuan sangat kurang baik.

5. Distribusi Responden Berdasarkan Hasil *Post-Test*

Table 5 Distribusi Hasil *Post-Test*

Kategori	Jumlah	(%)
Baik	3 orang	13,04 %
Cukup Baik	9 orang	39,13 %
Kurang	11 orang	47,83 %
Sangat Kurang	-	0 %
Total Keseluruhan	23 orang	100 %

Berdasarkan tabel 5 Pengetahuan dari 23 lansia di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto setelah dilakukan penyuluhan pola hidup sehat yang diambil secara random sampling hampir setengahnya 11(47,83%) kurang dan hampir setengahnya 9 (39,13 %) orang pada kategori pengetahuan cukup baik

KESIMPULAN

1. Sebanyak 50% lansia di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto berada pada kategori lansia tua (*old*).
2. Dari 42 lansia Panti Werdha Mojopahit Mojokerto sebanyak 32 orang (76,20%) berada dalam kategori kadar gula darah acak normal dan sebanyak 5 orang (11,90%) mempunyai kadar gula darah di atas normal.
3. Dari 42 lansia Panti Werdha Mojopahit Mojokerto, sebanyak 32 orang (80,95%) mempunyai kadar asam urat normal
4. Pengetahuan dari 23 lansia di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto sebelum dilakukan penyuluhan pola hidup sehat, sebanyak 5 orang (21,74 %) dalam kategori pengetahuan cukup baik, 7 orang (30,43 %) pada kategori pengetahuan kurang, dan 11 orang

(47,83%) pada kategori pengetahuan sangat kurang baik.

5. Pengetahuan dari 23 lansia di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto setelah dilakukan penyuluhan pola hidup sehat, sebanyak 3 orang (13,04%) dalam kategori pengetahuan baik, 9 orang (39,13%) pada kategori pengetahuan cukup baik, dan 11 orang (47,83%) pada kategori pengetahuan kurang baik.

REFERENSI

- Ernawati, 2013. *Penatalaksanaan Keperawatan Diabetes Melitus Terpadu*, Mitra Wacana Media, Jakarta.
- Fauzi, Isma, 2014. *Buku Pintar Deteksi Dini Gejala, dan Pengobatan Asam Urat, Diabetes Melitus dan Hipertensi*, ARASKA, Jakarta.
- Mahendra, dkk. 2014. *Perilaku Sehat Pada Pasien Deabetus Mellitus Tipe 2 Dan Hipertensi Di Puskesmas Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal Tahun 2014*. <https://edoc.site.wordpress.com> Diakses tanggal 03 Mei 2018.
- Ramayanti. 2015. *Kebiasaan Berprilaku Hidup Sehat Dan Nilai Nilai*. <https://journal.uny.ac.id> Diakses tanggal 03 Mei 2018.
- Suryani. 2016. *Kesadaran Gaya Hidup Sehat Diabetes Mellitus Dan Pentingnya Pendidikan Kesehatan Bagi Lansia*. <https://repositoryjournal.ugm.ac.id> Diakses tanggal 03 Mei 2018.
- Waspadji dan sukardji, 2004. *Pedoman Diet Diabetes Melitus*, FKUI, Jakarta.