

Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular (PTM) pada Lansia Duri Pulo Jakarta Pusat

Kirana Anggraini*¹, Dyah Ayu Woro Setyaningrum²

¹Departemen Kebidanan dan Kandungan Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti, Jakarta, Indonesia

²Departemen Patologi Anatomi Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti, Jakarta, Indonesia

*e-mail: kirana_anggraeni@trisakti.ac.id¹, dyahayu94@trisakti.ac.id²

Abstrak

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan penyakit yang timbul dalam waktu lama dan dapat disebabkan oleh faktor risiko metabolik. Kejadian serangan jantung, stroke, kanker, penyakit paru obstruktif kronik, asma dan diabetes sering ditemui pada lansia di kelurahan Duri Pulo Jakarta Pusat. Kesadaran lansia untuk melakukan deteksi dini faktor risiko metabolik dari PTM dan mengontrol faktor risiko tersebut masih rendah. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk mengetahui faktor risiko metabolik pada lansia di kelurahan tersebut. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif pada 24 orang lansia melalui kegiatan pemeriksaan tekanan darah, gula darah, asam urat darah, pengukuran lingkaran pinggang dan pengukuran indeks massa tubuh (IMT). Hasil pemeriksaan sebanyak 7 orang lansia (28%) mengalami hipertensi derajat I, 10 orang lansia (44%) mengalami hipertensi derajat II, 11 lansia (48%) memiliki IMT $\geq 25\text{kg/m}^2$, 21 lansia (88%) memiliki ukuran lingkaran pinggang diatas normal, 7 lansia (32%) memiliki kadar asam urat darah abnormal, dan sebanyak 12 lansia (52%) bersedia dirujuk untuk mendapat pengobatan lebih lanjut. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah bahwa sebagian besar lansia di tempat ini berisiko untuk mengalami PTM. Kegiatan yang rutin dan berkala diperlukan untuk mencegah perkembangan faktor risiko tersebut menjadi penyakit yang lebih berat.

Kata kunci: Indeks Massa Tubuh, Kelurahan Duri Pulo, Lanjut Usia, Penyakit Kardiovaskuler, Penyakit Tidak Menular

Abstract

Non-communicable diseases (NCDs) are diseases that occur for a long time and are caused by metabolic risk factors. Heart attacks, strokes, cancer, chronic obstructive pulmonary disease, asthma and diabetes are often found in the elderly in the Duri Pulo sub-district, Central Jakarta. The awareness of the elderly to carry out early detection of metabolic risk factors for NCDs and to control these risk factors is still low. This research is a descriptive study on 24 elderly people through checking blood pressure, blood sugar, blood uric acid, measuring waist circumference and measuring body mass index (BMI). A total of 7 elderly people (28%) had grade 1 hypertension, 10 elderly people (44%) had grade II hypertension, 11 elderly people (48%) had BMI $\geq 25\text{kg/m}^2$, 21 elderly (88%) had abnormal waist circumference, 7 elderly (32%) had abnormal blood uric acid level and 12 elderly (52%) were willing to be referred for further treatment. The conclusion from this activity is that most of the elderly in this place are at risk of experiencing PTM. Routine and periodic activities are needed to prevent the development of these risk factors into more severe disease. B Print Layout Q 43% Keywords:

Keywords: Body Mass Index, Cardiovascular Disease, Duri Pulo Village, Elderly, Non Communicable Disease

1. PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular (PTM), merupakan penyakit yang timbul dalam waktu yang lama, yang dihasilkan dari kombinasi faktor genetik, fisiologis, lingkungan dan perilaku. Tipe Utama dari PTM adalah penyakit kardiovaskuler (serangan jantung dan stroke), kanker, penyakit pernapasan kronik (penyakit paru obstruktif kronik dan asma) dan diabetes (Chang et al., 2018). PTM banyak terjadi di negara dengan penghasilan rendah dan menengah seperti Indonesia. Sebanyak 32 juta kematian terjadi akibat penyakit ini. Sebanyak 15 juta kematian akibat penyakit ini terjadi pada usia 30 sampai 69 tahun, meskipun penyakit ini sering dihubungkan dengan kelompok usia tua (World Health Organization, 2018).

Anak-anak, remaja, dan orang tua yang rentan mengalami PTM, mungkin disebabkan karena makanan yang tidak sehat, aktivitas fisik yang rendah, terpajan rokok, dan pengguna

alkohol. Kebiasaan mengkonsumsi makanan yang tidak sehat dan aktifitas fisik yang rendah ini akan menyebabkan gangguan pada kesehatan seperti adanya peningkatan tekanan darah, peningkatan gula darah, peningkatan lemak darah dan kegemukan (Gupta et al., 2018). Hal ini dikenal sebagai faktor risiko metabolik yang dapat menyebabkan penyakit kardiovaskuler, yang merupakan penyebab utama terjadinya kematian pada PTM (Flint et al., 2010).

Kejadian serangan jantung, stroke, kanker, penyakit paru obstruktif kronik, asma dan diabetes sering ditemui pada lansia di kelurahan Duri Pulo Jakarta Pusat. Kesadaran lansia untuk melakukan deteksi dini faktor risiko metabolik melalui pemeriksaan tekanan darah, gula darah, asam urat darah dan Indeks Massa Tubuh (IMT) secara berkala masih rendah. Selain itu, edukasi terkait cara mengontrol faktor risiko tersebut belum banyak diberikan oleh tenaga kesehatan di kelurahan Duri Pulo, Jakarta Pusat. Kegiatan PKM ini bertujuan untuk deteksi dini risiko metabolik tersebut sehingga diharapkan dapat mencegah terjadinya PTM di kemudian hari melalui pengobatan dan modifikasi gaya hidup sejak dini.

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Balai Pertemuan RW kelurahan Duri Pulo, kecamatan Gambir, Jakarta Pusat. Target peserta sebanyak 122 orang lansia. Kegiatan diawali dengan deteksi dini faktor risiko terjadinya PTM melalui pemeriksaan tekanan darah, pengukuran lingkaran pinggang, pemeriksaan laboratorium (gula darah dan asam urat darah) serta pengukuran indeks massa tubuh (IMT). Alat yang digunakan alat-alat antara lain meteran, tensimeter digital Omron, alat tes gula darah *Accu Chek*, alat tes asam urat, serta alat ukur tinggi badan dan berat badan yang telah dikalibrasi dan diganti baterainya. Hal ini dilakukan agar hasil pemeriksaan valid. Setelah dilakukan pemeriksaan lansia diberikan edukasi terkait cara mengontrol faktor risiko tersebut serta memodifikasi gaya hidup.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PKM yang dilakukan di Balai Pertemuan RW 02 berjalan dengan baik. Dokumentasi pelaksanaan kegiatan ini dapat dilihat dalam foto-foto kegiatan di bawah ini:



Gambar 1. Pengukuran tekanan darah dengan tesimeter oleh Kader Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga (PKK)



Gambar 2. Pemeriksaan gula darah dan asam urat oleh petugas kesehatan



Gambar 3. Pengukuran tinggi badan dan berat badan untuk menghitung indeks massa tubuh oleh kader PKK



Gambar 4. Pemberian edukasi faktor risiko metabolik oleh petugas kesehatan

Adapun hasil tingkat kunjungan, pemeriksaan kesehatan, dan data pendukung dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1. Distribusi tingkat kunjungan, hasil pemeriksaan kesehatan dan data pendukung

Tingkat Kunjungan, Hasil Pemeriksaan Kesehatan dan data pendukung lain	100 % (24 lansia)
Usia	
<i>Middle age</i> (45 -59 tahun)	33%
<i>Elderly</i> (60 -74 tahun)	63%
<i>Old</i> (75 - 90 tahun)	4%
<i>Very old</i> (> 90 tahun)	0
Jenis Kelamin	
Laki-laki	24%
Perempuan	76%
Body Mass Index (kg/m²)	
<i>Underweight</i> (<18,5)	
<i>Normal Range</i> (18.5-24.99)	52%
<i>Overweight</i> (≥ 25)	8%
<i>Pre-Obese</i> (25.00 -29.99)	32%
<i>Obese</i> (≥ 30)	8%
Tekanan Darah	
Normal	20%
<i>Elevated</i>	8%
Hipertensi Derajat 1	28%
Hipertensi Derajat 2	44%
Krisis Hipertensi (>190 mmHg, > 120	-

mmHg)	
Kadar Asam Urat Darah	
Normal	68%
Meningkat (wanita >7.5 mg/dl)	20%
Meningkat (pria >8,5 mg/dl)	12%
Waist Circumference (WC)	
Normal	12%
Abnormal pada laki-laki (> 90 cm)	20%
Abnormal pada wanita (> 80 cm)	68%
Kesediaan Melakukan Pengobatan ke Faskes Tingkat 1	
Bersedia	52%
Tidak Bersedia	48%
Adanya Keluarga yang mengantar	
Ya	0
Tidak	100%

Kegiatan Psyandu lansia yang dilakukan di Balai Pertemuan RW 02 Kelurahan Duri Pulo, Jakarta Pusat telah berjalan dengan baik. Namun tingkat kehadiran warga lansia masih cukup rendah. Dari 111 warga lansia yang terdata dan diundang, hanya 24 warga (22 %) yang hadir. Sebagian besar warga lansia berada pada kelompok lanjut usia (63%) diikuti usia pertengahan (33%) dan lanjut usia tua (4%). Tidak ditemukan adanya kelompok usia sangat tua. Sebagian besar lansia didominasi oleh wanita (76%) dibandingkan laki-laki (24%).

Lansia di RW02 Kelurahan Duri Pulo, Jakarta Pusat ini sebagian besar memiliki indeks masa tubuh (IMT) yang normal (52%). Selain itu, terdapat 32% lansia yang memiliki IMT pada tingkat *pre obese* diikuti *overweight* (8%) dan *obese* (8%). Apabila hasil pengukuran IMT ini dinilai berdasarkan faktor risiko seseorang lansia untuk terjadinya diabetes melitus dan gangguan vaskuler (Carey et al., 2018), maka didapatkan 36% lansia yang memiliki IMT yang berisiko rendah mengalami diabetes mellitus dan gangguan vaskuler, dan sebanyak 32% lansia yang memiliki IMT yang berisiko tinggi mengalami diabetes mellitus dan gangguan vaskuler.

Sebagian besar lansia mengalami hipertensi derajat 2 (44%) diikuti hipertensi derajat 1 (28%) dan *elevated* (8%). Sebagian besar lansia yang mengalami hipertensi didominasi oleh wanita (60%). Di India, hipertensi merupakan faktor risiko utama terjadinya PTM yang dapat menyebabkan kematian (Gupta et al., 2018). Banyaknya lansia yang mengalami hipertensi di RW02 kelurahan Duri Pulo, Jakarta Pusat ini harus diwaspadai khususnya oleh petugas kesehatan untuk melakukan program pemeriksaan rutin. Selain itu, penyuluhan tentang bahaya hipertensi juga harus dilakukan agar warga lansia dapat memahami pentingnya melakukan pengobatan sejak dini dan teratur agar tekanan darahnya dapat terkontrol sehingga risiko terjadinya PTM ini dapat diminimalisir.

Kadar asam urat darah lansia sebagian besar normal (68%). Terdapat 20% wanita dan 12% pria yang mengalami peningkatan kadar asam urat darah. Penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara peningkatan kadar asam urat darah dengan peningkatan risiko kardiovaskuler (Chang et al., 2018). Sebagian besar lansia 88% memiliki *waist circumference* / lingkaran pinggang yang abnormal, yaitu sebanyak 68% pada lansia wanita dan sebanyak 20% pada lansia pria. Penelitian menunjukkan bahwa peningkatan lingkaran pinggang melebihi 84 cm pada laki-laki dan 71 cm pada wanita berisiko terjadinya penyakit jantung koroner (Flint et al., 2010).

Lansia yang ditemukan adanya masalah kesehatan sebagian besar bersedia untuk dirujuk ke fasilitas kesehatan tingkat pertama (52%). Namun masih banyak (48%) lansia yang tidak bersedia dirujuk ke fasilitas kesehatan tingkat pertama. Alasan tidak bersedianya lansia dirujuk karena tidak merasakan gejala penyakitnya, merasa kesulitan dengan alur pelayanan di puskesmas, dan merasa kesulitan untuk datang ke Puskesmas.

Selain itu, sebagian besar lansia tidak didampingi oleh keluarganya. Ketidakhadiran pengantar pada kegiatan ini juga menyulitkan petugas kesehatan untuk memberikan edukasi

kepada lansia yang memerlukan pemeriksaan dan pengobatan lanjut sehingga sebagian besar pesan untuk pihak keluarga dititipkan pada ketua RT.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat di RW02 Kelurahan Duri Pulo, dihadiri oleh 24 lansia dari target peserta sebanyak 111 lansia yang terdata di kelurahan tersebut. Faktor risiko PTM yang ditemui antara lain adanya peningkatan tekanan darah (72%), peningkatan asam urat darah (32%), lingkaran pinggang abnormal (78%) dan IMT diatas normal (48%). Seluruh lansia yang hadir mendapatkan edukasi untuk mengontrol risiko tersebut, serta berpartisipasi aktif saat kegiatan edukasi berlangsung. Kegiatan deteksi dini dan edukasi terkait faktor risiko PTM diperlukan untuk dilakukan secara berkesinambungan. Kegiatan ini dapat memantau apakah terjadi penurunan atau peningkatan faktor risiko tersebut, serta meningkatkan kesadaran dan pengetahuan lansia untuk memperbaiki gaya hidup untuk mencegah terjadinya PTM tersebut. Peran ketua RW, ketua RT dan kader PKK sangat diperlukan untuk meningkatkan antusias warga lansia untuk menghadiri kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Carey, R. M., Whelton, P. K., & 2017 ACC/AHA Hypertension Guideline Writing Committee*. (2018). Prevention, detection, evaluation, and management of high blood pressure in adults: synopsis of the 2017 American College of Cardiology/American Heart Association Hypertension Guideline. *Annals of internal medicine*, 168(5), 351-358..
- Chang, C. C., Wu, C. H., Liu, L. K., Chou, R. H., Kuo, C. S., Huang, P. H., ... & Lin, S. J. (2018). Association between serum uric acid and cardiovascular risk in nonhypertensive and nondiabetic individuals: The Taiwan I-Lan Longitudinal Aging Study. *Scientific reports*, 8(1), 5234.
- Flint, A. J., Rexrode, K. M., Hu, F. B., Glynn, R. J., Caspard, H., Manson, J. E., ... & Rimm, E. B. (2010). Body mass index, waist circumference, and risk of coronary heart disease: a prospective study among men and women. *Obesity research & clinical practice*, 4(3), e171-e181.
- Gupta, R., & Xavier, D. (2018). Hypertension: The most important non communicable disease risk factor in India. *Indian heart journal*, 70(4), 565-572.
- Tan, K. C. B. (2004). Appropriate body-mass index for Asian populations and its implications for policy and intervention strategies. *The lancet*.
- World Health Organization. (2018). Noncommunicable diseases country profiles 2018.

Halaman Ini Dikосongkan