

PEMERIKSAAN TEKANAN DARAH, GLUKOSA SEWAKTU DAN ASAM URAT PADA WARGA RT/RW 05/04 CIREUNDEU INDAH

¹Febrial Hikmah, ²Ayu Werawati, ³Nurmiwiyati, ⁴Satriani, ⁵Yulia

¹Program Studi Farmasi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Dharma Husada Tangerang

^{2,3}Program Studi Farmasi Klinis dan Komunitas, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Dharma Husada Tangerang

⁴Program Studi Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Dharma Husada Tangerang

⁵Program Studi Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Dharma Husada Tangerang
E-mail: febrialhikmah@wdh.ac.id

ABSTRACT

The increase in non-communicable diseases every year is still a challenge for Indonesia in achieving the Sustainable Development Goals (SDGs). Diseases with high morbidity rates include hypertension and diabetes mellitus. In addition, gout is also one of the causes of a person's decreased activity. Public awareness of health is felt to be not optimal amid the development of digitizing health information. The main reason that people do not check their health regularly, besides the economic factor, is also time. The Cireundeu Indah RT 05 area is a densely populated settlement with more than 200 households. Not a few residents suffer from various diseases but do not want treatment. One of the efforts to improve the health and early detection of residents, is community service through counseling and checking blood pressure, random glucose levels and uric acid levels in the blood. The examination results found that 49.1% of the participants suffered from hypertension and 47.2% of the participants had high uric acid levels. It is hoped that this activity can regularly run every year.

Keywords : Examination, Blood Pressure, Random Glucose, Uric Acid

ABSTRAK

Peningkatan penyakit tidak menular setiap tahunnya masih menjadi tantangan Indonesia dalam mencapai *Sustainable Development Goals* (SDGs). Penyakit yang angka kesakitannya masih tinggi antara lain hipertensi dan diabetes melitus. Selain itu, penyakit gout juga menjadi salah satu penyebab menurunnya aktivitas seseorang. Kesadaran masyarakat akan kesehatan dirasa belum optimal ditengah perkembangan digitalisasi informasi kesehatan. Alasan utama yang menjadikan masyarakat tidak memeriksa kesehatannya secara rutin, selain faktor ekonomi juga waktu. Daerah Cireundeu Indah RT 05 merupakan pemukiman padat penduduk dengan jumlah kepala keluarga lebih dari 200 orang. Tidak sedikit warganya yang menderita berbagai penyakit namun tidak mau berobat. Salah satu upaya meningkatkan kesehatan dan deteksi dini warga, maka pengabdian masyarakat melalui penyuluhan dan pemeriksaan tekanan darah, kadar glukosa sewaktu serta kadar asam urat di dalam darah kami lakukan. Hasil pemeriksaan didapatkan bahwa sebanyak 49,1% peserta menderita hipertensi dan sebesar 47,2% peserta memiliki kadar asam urat tinggi. Diharapkan kegiatan ini dapat berjalan rutin setiap tahunnya.

Kata Kunci: Pemeriksaan, Tekanan Darah, Glukosa Sewaktu, Asam Urat

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan keadaan meningkatnya tekanan darah yang terlalu tinggi, yaitu 140/90 mmHg atau lebih, dimana mampu meningkatkan risiko penyakit kardiovaskuler lainnya, seperti serangan jantung, gagal ginjal dan stroke. Risiko hipertensi akan meningkat seiring dengan bertambahnya usia, berat badan dan pola hidup yang tidak sehat seperti konsumsi alkohol dan merokok. WHO memperkirakan sekitar 46% penderita hipertensi usia dewasa tidak sadar dengan kondisinya, serta kurang dari 42% penderita hipertensi terdiagnosa dan menjalani terapi (WHO, 2021). Di Indonesia hasil Riset

Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, melaporkan bahwa 25,8-34,1% populasi usia dewasa memiliki tekanan darah tinggi. Penderita tekanan darah tinggi meningkat sejalan dengan peningkatan angka disabilitas, morbiditas dan mortalitas di Indonesia (Kemenkes RI, 2018).

Penyakit tidak menular lainnya yang sama tinggi menyebabkan kematian adalah diabetes melitus. Diabetes melitus merupakan penyakit metabolik yang ditandai dengan meningkatnya kadar glukosa dalam darah. WHO memperkirakan sekitar 422 juta orang di dunia mengalami diabetes melitus, dengan tingkat kematian sekitar 1,5 juta setiap tahunnya. Sama halnya dengan hipertensi, diabetes melitus banyak diderita oleh penduduk dengan pendapatan negara yang menengah hingga rendah IDF, 2019; WHO, 2021). Prevalensi penderita diabetes melitus di Indonesia sekitar 1,5% pada semua usia. Data tersebut diperkirakan akan terus meningkat setiap tahunnya. Prevalensi diabetes melitus tipe 2 di Indonesia mencapai 5,7%, berarti sekitar 12 juta orang Indonesia saat ini menderita diabetes melitus tipe 2 (Kemenkes RI, 2018).

Gout merupakan penyakit tidak menular lainnya yang mampu menurunkan angka produktivitas penderita. Pemeriksaan penunjang standar seseorang didiagnosis mengalami gout yaitu kadar asam urat yang tinggi atau hiperurisemia, lebih dari 6 mg/dL. Ditambah gejala klinis pasien yang umum dirasakan adalah nyeri sendi hingga bengkak. Kawasan Asia Tenggara dan Pasifik, gout lebih sering terjadi dengan insiden tertinggi pada suku Maori di Selandia Baru (Hikmah et al., 2021; Neilson et al., 2022). Di Indonesia data penderita penyakit sendi akibat kadar asam urat yang tinggi, termasuk gout dan osteoarthritis, sekitar 7,3% pada tahun 2018 dengan provinsi tertinggi Aceh, Bengkulu dan Bali. Penderita gout meningkat pada usia di atas 45 tahun, pendidikan rendah dan bekerja sebagai petani/tidak bekerja (termasuk ibu rumah tangga) (Kemenkes RI, 2018).

Namun demikian, ketiga penyakit tersebut meningkat kasusnya seiring dengan perkembangan teknologi digitalisasi, dimana edukasi mengenai penyakit mudah diakses kapanpun dan dimanapun. Kesadaran masyarakat akan kesehatan dirasa belum optimal. Harga pemeriksaan kesehatan yang cukup mahal dan tidak ditanggung oleh asuransi kesehatan BPJS juga menjadi salah satu alasan masyarakat untuk tidak memeriksa kesehatannya secara rutin. Cireundeu Timur terutama RT/RW 05/04 memiliki jumlah kepala keluarga lebih dari 200 orang. Pemukiman padat penduduk dengan wilayah terbatas menjadi salah satu alasan kami untuk melakukan pengabdian masyarakat ini, terutama berkaitan dengan pemeriksaan kesehatan. Berdasarkan info dari Ibu RT, banyak warganya yang mengalami berbagai masalah kesehatan khususnya hipertensi, diabetes melitus dan gout. Namun tidak banyak warga yang berlanjut berobat dengan alasan waktu dan biaya. Salah satu upaya meningkatkan kesehatan dan deteksi dini penyakit warga, kami melakukan pemeriksaan Kesehatan terutama tekanan darah, kadar glukosa sewaktu dan kadar asam urat di dalam darah. Diharapkan kegiatan kecil kami dapat meningkatkan motivasi warga dan menjadi salah satu solusi permasalahan kesehatan sehingga komplikasi penyakit dapat dicegah sedini mungkin.

METODE

Pengabdian masyarakat ini menggunakan metode penyuluhan dan pemeriksaan secara langsung. Materi penyuluhan mengenai kesehatan terutama penyakit hipertensi serta

gangguan metabolisme glukosa dan asam urat dalam darah, dilanjutkan dengan pemeriksaan tekanan darah, kadar glukosa sewaktu dan kadar asam urat dalam darah kapiler. Pemeriksaan tekanan darah menggunakan sphygmomanometer baik secara manual maupun otomatis. Sedangkan pemeriksaan kadar glukosa dan asam urat darah menggunakan alat rapid test merk Easy Touch. Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini pada hari Rabu tanggal 24 Mei 2023 di Aula Paud Mitra Keluarga RT/RW 05/04 Cirendeu Indah selama 3 jam. Peserta pengabdian adalah warga Cirendeu Indah RT 05 yang dipandu oleh beberapa dosen serta mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat STIKes Widya Dharma Husada Tangerang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat diikuti sebanyak 53 peserta dengan sebagian besar merupakan ibu rumah tangga dengan usia dewasa non lansia (<60 tahun). Kegiatan diawali dengan penyuluhan mengenai hipertensi, penyakit gangguan metabolisme glukosa dan asam urat dalam darah. Antusiasme warga terlihat saat diskusi yaitu banyaknya pertanyaan yang diajukan peserta. Pertanyaan yang paling banyak meliputi pencegahan dan pengobatan apabila peserta menderita penyakit tersebut. Makanan yang dikonsumsi ketika menderita salah satu penyakit tersebut dan obat herbal yang dapat menjaga kondisi penderita saat sakit. Selama kurang lebih satu jam penyuluhan dan diskusi berjalan dengan lancar, dilanjutkan dengan pemeriksaan tekanan darah, kadar glukosa sewaktu dan kadar asam urat di dalam darah (Gambar 1).



Gambar 1. Pemeriksaan tekanan darah, glukosa sewaktu dan asam urat

Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa masalah kesehatan utama yang dialami warga RT 05 Cirendeu Indah yaitu tekanan darah tinggi dan kadar asam urat yang tinggi di dalam darah (Tabel 1). Hal ini perlu dilakukan pendataan lebih lanjut apakah warga mengkonsumsi beberapa obat penurun tekanan darah dimana beberapa golongan mampu meningkatkan kadar asam urat darah apabila tidak dibarengi dengan konsumsi air yang cukup (Lanaspa et al., 2020). Namun berdasarkan wawancara lapangan, umumnya warga tidak mengonsumsi obat penurun tekanan darah secara rutin. Sebagian besar penderita

asam urat yaitu perempuan dengan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga, dengan usia yang masih produktif. Hal ini sejalan dengan data Riskesdas 2018 yang menjelaskan bahwa kejadian gout dapat meningkat pada usia di atas 45 tahun dan bekerja sebagai petani/tidak bekerja (termasuk ibu rumah tangga) (Kemenkes RI, 2018).

Tabel 1. Hasil pemeriksaan tekanan darah, glukosa sewaktu dan asam urat

Parameter	Jumlah (n=53 orang)	
	Rerata ± SD	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki		11,3
Perempuan		86,7
Usia (tahun)	50 ± 10	
<60	46 ± 7	81,1
≥60	65 ± 5	18,9
Tekanan Darah (mmHg)	134/84 ± 20/17	
≤130/90	117/79 ± 8/7	50,9
>130/90	151/91 ± 13/12	49,1
Glukosa Sewaktu (mg/dL)	112,8 ± 48,0	
≤200	99,7 ± 20,5	86,8
>200	198,9 ± 82,9	13,2
Asam Urat (mg/dL)	5,8 ± 1,9	
≤6	4,5 ± 1,0	52,8
>6	7,2 ± 1,6	47,2

Pengecekan rutin minimal 3 bulan sekali efektif dalam mencegah terjadinya keparahan akibat komplikasi dari tidak terkontrolnya tekanan darah, gangguan metabolisme glukosa maupun asam urat. Berbagai obat yang dapat dikonsumsi penderita bergejala harus dengan resep dokter agar tepat guna sehingga efektif dalam penyembuhan penyakit. Obat pengendali tekanan darah tinggi yang umumnya diresepkan dokter, antara lain captopril, valsartan, dan amlodipine (WHO, 2021). Selain itu, obat pengendali kadar glukosa darah tinggi yang umum diresepkan dokter selain suntik insulin pada kasus diabetes melitus tertentu, antara lain metformin, glibenclamide, dan glimepiride (WHO, 2019). Sedangkan obat pengendali kadar asam urat tinggi yang paling umum diresepkan dokter yaitu alopurinol (Perhimpunan Reumatologi Indonesia, 2018). Tidak hanya terapi obat, dokter akan menganjurkan untuk segera mengatur pola, porsi dan kandungan makanan yang dikonsumsi, serta aktivitas fisik yang diperbanyak seperti olahraga.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini mendapatkan hasil bahwa pemeriksaan kesehatan warga RT 05 Cirendeuh Indah yang perlu dipantau berkala adalah tekanan darah dan kadar asam urat darah. Hampir sebagian besar peserta memiliki tekanan darah dan kadar asam urat yang tinggi. Diharapkan agar kegiatan ini dapat berjalan rutin setiap tahunnya.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan terutama kepada ibu ketua RT 05 Cireundeu Indah yang banyak membantu dalam koordinasi warga sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Hikmah, F., Tasya Ariningpraja, R., Fadilla, Z., Sri Widada, N. (2021). Penyuluhan ISPA dan pemeriksaan asam urat masyarakat Desa Gunung Sari, Kecamatan Pamijahan, Kabupaten Bogor. *CARING: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 1–8.
- International Diabetes Federation (IDF). (2019). *Diabetes atlas reports 463 million with diabetes*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*.
- Lanaspa, M. A., Andres-Hernando, A., & Kuwabara, M. (2020). Uric acid and hypertension. *Hypertension Research*; 43(8):832–4.
- Neilson, J., Bonnon, A., Dickson, A., & Roddy, E. (2022). Gout: diagnosis and management-summary of NICE guidance. *BMJ (Clinical Research Ed.)*;378.
- Perhimpunan Reumatologi Indonesia. (2018). *Pedoman diagnosis dan pencegahan gout*.
- World Health Organization. (2021). *Guideline for the pharmacological treatment of hypertension in adults*.
- World Health Organization. (2019). *Classification of diabetes mellitus 2019*. <http://apps.who.int/bookorders>.
- World Health Organization. (2021). *Diabetes*.