

PEMERIKSAAN TEKANAN DARAH DAN KADAR KOLESTEROL PADA MASYARAKAT DI KAMPUNG GUNUNG BANGO KELURAHAN CIPAWITRA KECAMATAN MANGKUBUMI KOTA TASIKMALAYA

Asep Robby^{1*}, Soni Hersoni¹, Teti Agustin¹, Yayah Syafariah¹, Evi Irmayanti¹
¹Prodi DIII Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bakti Tunas Husada
Jl. Letjen Mashudi No. 20, Kota Tasikmalaya, Jawa Barat

*Korespondensi: aseprobbly@universitas-bth.ac.id

ABSTRACT

Indonesia is currently facing a double burden of disease, namely infectious diseases and non-communicable diseases. Changes in disease patterns are influenced by environmental changes, community behavior, demographic, technological, economic and socio-cultural transitions. The increasing burden due to NCDs is in line with increasing risk factors which include increased blood pressure, blood sugar, body mass index or obesity, unhealthy eating patterns, lack of physical activity, and smoking and alcohol. This activity aims to see the picture of cholesterol levels and blood pressure in the community in Gunung Bango village, Cipawitra sub-district, Mangkubumi sub-district, Tasikmalaya city. The method used was incidental sampling, namely 35 respondents with digital manometer and glucocheck examination instruments. It is known that the majority of participants were categorized as hypercholesterolemia (83%) and stage 2 hypertension (46%). Based on these results, it is recommended to establish a Posbindu PTM so that people at activity locations can regularly check their health status such as: blood pressure and cholesterol levels at the nearest health service center.

Keywords: Cholesterol; Hypertension; Old Age

ABSTRAK

Indonesia saat ini menghadapi beban ganda penyakit, yaitu penyakit menular dan penyakit tidak menular. Perubahan pola penyakit ini dipengaruhi oleh perubahan lingkungan, perilaku masyarakat, transisi demografi, teknologi, ekonomi, dan sosial budaya. Peningkatan beban akibat PTM sejalan dengan meningkatnya faktor risiko yang meliputi meningkatnya tekanan darah, gula darah, indeks massa tubuh atau obesitas, pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, dan merokok serta alkohol. Kegiatan ini bertujuan melihat gambaran kadar kolesterol dan tekanan darah pada masyarakat di kampung Gunung Bango Kelurahan Cipawitra Kecamatan Mangkubumi Kota Tasikmalaya. Metode yang digunakan adalah *accidental sampling* yaitu sebanyak 35 responden dengan instrumen pemeriksaan manometer digital dan glucocheck. Diketahui bahwa mayoritas partisipan terkategori hiperkolesterol (83%) dan hipertensi stadium 2 (46%). Berdasarkan hasil tersebut maka disarankan pembentukan Posbindu PTM agar masyarakat dilokasi kegiatan dapat secara teratur memeriksakan status kesehatannya seperti: tekanan darah dan kadar kolesterol ke tempat pelayanan kesehatan terdekat.

Kata Kunci: Hipertensi; Kolesterol; Usia Lanjut

PENDAHULUAN

Berdasarkan WHO (2018) diketahui bahwa penyebab kematian di dunia kebanyakan (73%) adalah akibat penyakit tidak menular (PTM). Sekitar 80 persen kematian tersebut terjadi di negara berpenghasilan menengah dan rendah. PTM penyebab kematian yaitu 35% penyakit jantung dan pembuluh darah, 12% penyakit kanker, 6% penyakit pernapasan kronis, 6% diabetes, dan 15% oleh PTM lainnya.

Salah satu strategi dalam meningkatkan pembangunan kesehatan adalah pemberdayaan dan peningkatan peran masyarakat termasuk dunia usaha. Masyarakat diberi fasilitas dan bimbingan dalam mengembangkan wadah untuk berperan, dibekali pengetahuan dan ketrampilan untuk mengenali masalah di wilayahnya, mengidentifikasi, merumuskan dan menyelesaikan permasalahannya sendiri berdasarkan prioritas dan potensi yang ada. Dalam menentukan prioritas masalah, merencanakan, melaksanakan, memantau dan menilai kegiatan, masyarakat perlu dilibatkan sejak awal. Potensi dan partisipasi masyarakat dapat digali dengan maksimal, sehingga solusi masalah lebih efektif dan dapat menjamin kesinambungan kegiatan (Kemenkes RI, 2012).

METODE

Metode yang digunakan untuk mendapatkan data dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah dengan pemeriksaan tensi darah, pemeriksaan kadar kolesterol darah terhadap 35 partisipan dimana mayoritas adalah usia lansia di Kampung Gunung Bango RT.002/006 Kelurahan Cipawitra Kecamatan Mangkubumi Kota Tasikmalaya. Data hasil pemeriksaan dicatat dalam lembar tabulasi data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi frekuensi usia partisipan

No	Usia (thn)	Frekuensi	Persen
1	35-44	7	20
2	45-54	6	17
3	55-64	12	34
4	65-74	9	26
5	75-84	1	3
Total		35	100

Berdasarkan tabel 1, diketahui bahwa mayoritas partisipan berada pada rentang usia 55-64 tahun yaitu sebanyak 12 orang (34%)

Tabel 2. Distribusi frekuensi jenis kelamin partisipan

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persen
	Perempuan	26	74
	Laki-laki	9	26
total		35	100

Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa mayoritas partisipan berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 26 orang (74%)

Tabel 3. Distribusi frekuensi tekanan darah partisipan

No	Tekanan darah	Frekuensi	Persen
1	Normal	6	17
2	Pra-Hipertensi	8	23
3	Hipertensi Std-1	5	14
4	Hipertensi Std-2	16	46
total		35	100

Berdasarkan tabel 3, diketahui bahwa mayoritas partisipan terkategori menderita penyakit Hipertensi stadium 2 yaitu sebanyak 16 orang (46%).

Tabel 4. Distribusi frekuensi kadar kolesterol partisipan

No	Kadar Kolesterol	Frekuensi	Persen
1	Normal (<200)	12	34
2	Tinggi	23	66
Total		35	100

Berdasarkan tabel 4, diketahui bahwa mayoritas partisipan mengidap kadar kolesterol tinggi yaitu sebanyak 23 orang (66%).

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil kegiatan pengabdian masyarakat, diketahui bahwa mayoritas partisipan yang mayoritas berusia >50 tahun. Beberapa penyakit atau kondisi yang dapat terjadi karena pengaruh usia diantaranya: malnutrisi, penurunan fungsi sensorik, masalah kesehatan gigi, penyakit sendi dan pengeroposan tulang, serta infeksi saluran kencing, gagal ginjal, hipertensi, penyakit jantung, kolesterol tinggi, stroke, PPOK, diabetes, pneumonia, kanker, depresi, Alzheimer dan demensia, penyakit parkinson (Hapsari, 2021). Sederetan penyakit atau kondisi tersebut adalah penyakit karena terjadi degenerasi dari sel atau jaringan tubuh.

Berdasarkan data yang diperoleh dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat tersebut, diketahui bahwa mayoritas partisipan (46%) menderita hipertensi stadium 2, dimana tekanan sistol >160mmHg dan diastol >100mmHg. Penyebab terjadinya hipertensi pada usia menjelang lansia adalah disebabkan oleh penurunan kualitas pembuluh darah termasuk di bagian jantung. Seiring bertambahnya usia, pembuluh darah arteri menjadi semakin keras dan tidak elastis (arteriosklerosis).

Berdasarkan Syaifuddin (2013) diketahui bahwa beberapa tanaman herbal yang sering digunakan oleh masyarakat untuk menurunkan tensi darah diantaranya: mengkudu (*Morinda citrifolia*), daun salam (*Eugenia polyantha*), kunyit (*Curcuma longa*), ketumbar (*Coriandrum sativum*), dan jeruk sitrun (*Citrus limon*).

Berdasarkan hasil penelitian diatas, dapat terlihat bahwa kadar kolesterol darah mayoritas (83%) terkategori tinggi (>200 mg/dL). Kadar kolesterol dapat digunakan sebagai indikator resiko terjadinya penyakit jantung koroner dan stroke. Pemeriksaan kadar kolesterol total dalam darah merupakan salah satu cara yang tepat untuk mengetahui tinggi rendahnya resiko terjadinya penyakit jantung koroner dan stroke (Putri, 2016). Tingginya kadar kolesterol darah dapat dipengaruhi oleh konsumsi lemak jenuh, kelebihan berat badan, kurang beraktifitas, kondisi genetik, usia, dan jenis kelamin.

Penyakit Tidak Menular (PTM) adalah penyakit yang sebenarnya kita cegah (*preventable disease*), dengan mengenali faktor-faktor risikonya dan merubah gaya hidup yang lebih sehat, dengan cara **CERDIK** (Cek kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin beraktivitas fisik, Diet yang sehat dan seimbang, Istirahat yang cukup dan Kelola stress).

Strategi yang harus dilakukan untuk menanggulangi masalah kesehatan masyarakat tersebut yaitu:
a. memperkuat kemampuan edukasi dan komunikasi dimana saja dan kapan saja tentang pentingnya pencegahan dan pengendalian PTM. Pengendalian PTM yaitu: Edukasi melalui media cetak dan elektronik, sosial media, virtual, iklan layanan masyarakat, atau tatap muka dengan menerapkan protokol kesehatan yang ketat, b. Memperkuat jejaring kemitraan dengan menanamkan pemahaman yang sama tentang pentingnya membangun dan menggalang kemitraan melalui pentahelix, baik antar sesama profesi kesehatan maupun dengan mitra potensial yang memiliki visi dan misi yang sama dalam program penanganan pencegahan dan pengendalian PTM di lapangan. c. Memperkuat pemberdayaan masyarakat dengan mencari pola dan strategi yang sesuai dengan karakteristik dan sosial budaya masyarakat, dalam rangka merancang penggerakan masyarakat, termasuk bagaimana strategi menyampaikan pesan kesehatan agar masyarakat tahu, mau dan mampu mematuhi dengan penuh kesadaran untuk dijadikan kebiasaan dan gaya hidup berperilaku hidup bersih dan sehat sehari – hari (Kemenkes RI, 2022).

SIMPULAN

Berdasarkan kegiatan ini diketahui bahwa mayoritas partisipan berada pada rentang usia 55-64 tahun, berjenis kelamin perempuan, terkategori menderita penyakit hipertensi stadium 2 dan mengidap kadar kolesterol melebihi nilai normal.

SARAN.

Pembentukan POSBINDU PTM agar masyarakat dapat lebih dekat mengakses layanan Kesehatan Masyarakat lebih proaktif dalam memeriksakan tekanan darah dan kolesterol secara berkala dalam kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan oleh puskesmas atau posbindu di wilayah kerjanya.

DAFTAR PUSTAKA

- Depkes RI. (2008). Profil Kesehatan Indonesia.
- Depkes RI. (2022). Masalah dan Tantangan Kesehatan Indonesia Saat Ini. Diakses pada laman: <https://kesmas.kemkes.go.id/konten/133/0/masalah-dan-tantangan-kesehatan-indonesia-saat-ini>
- Kemenkes. (2012). Petunjuk Teknis Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (POSBINDU PTM).
- Syaifuddin, M. (2013). Penggunaan Tanaman Herbal Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Kecamatan Gatak Kabupaten Sukoharjo.
- Suryawati, S. (1997). Menuju Swamedikasi Yang Rasional. Jogyakarta: Pusat Studi Farmakologi Klinik dan Kebijakan Obat Universitas Gajah Mada.
- Purwanto. (2013). Herbal dan Keperawatan Komplementer. Yogyakarta: Medikal Book.
- Putri, V., Hariyono, H., & Sari, E. (2017). Gambaran Kadar Kolesterol Total Pada Lansia (Studi pada Posyandu Lansia Dusun Sumberwinong Desa Kedungpari Kecamatan Mojowarno Kabupaten

- Jombang). *Jurnal Insan Cendekia*, 3(2). Retrieved from <https://digilib.stikesicme-jbg.ac.id/ojs/index.php/jic/article/view/279>
- WHO. (1998). *The Role of The Pharmacist in Self-Care and Self Medication*. The Netherlands: WHO.
- Hapsari, A. (2021). 21 Penyakit Pada Lansia yang Paling Sering Terjadi. Diakses di halaman: <https://hellosehat.com/lansia/masalah-lansia/penyakit-pada-lansia/>