

Skrining Hipertensi dan Dislipidemia di Panti Wredha Pucanggading Semarang

Hypertension and Dyslipidemia Screening at Pucanggading Elderly Care Home Semarang

Dyah Mustika Nugraheni¹, Gharini Sumbaga Narhadina¹, Cholimah Nur Sya'dah¹

¹ Universitas Muhammadiyah Semarang

Corresponding author : dyahmustika@unimus.ac.id

Abstrak

Lanjut usia (lansia) merupakan kelompok populasi yang rentan terhadap berbagai penyakit degeneratif, terutama hipertensi dan dislipidemia. Kedua kondisi ini berkontribusi besar terhadap peningkatan risiko penyakit kardiovaskular seperti aterosklerosis, penyakit jantung koroner, dan stroke. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk melakukan skrining tekanan darah dan kadar kolesterol total pada lansia penghuni Panti Wredha Pucanggading Semarang, sebagai upaya promotif dan preventif terhadap penyakit tidak menular. Metode yang digunakan meliputi pendaftaran peserta, anamnesis singkat, pemeriksaan tekanan darah dengan alat digital, dan pengukuran kadar kolesterol total menggunakan alat point-of-care test (POCT). Sebanyak 69 lansia yang berpartisipasi terdiri dari 65,22% perempuan dan 34,78% laki-laki. Rerata tekanan darah sistolik tercatat sebesar $148,8 \pm 21,54$ mmHg dan diastolik $55 \pm 12,29$ mmHg, dengan 53,6% peserta mengalami hipertensi grade 1. Rerata kadar kolesterol total adalah $216,8 \pm 57,96$ mg/dL, dan 57,97% peserta menunjukkan peningkatan kolesterol. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pada lansia cenderung mengalami hipertensi dan dislipidemia, yang dapat dipengaruhi oleh pola hidup tidak sehat dan proses penuaan. Kegiatan ini menegaskan pentingnya skrining rutin dan edukasi kesehatan sebagai langkah nyata dalam meningkatkan derajat kesehatan lansia serta peran strategis perguruan tinggi dalam pengabdian kepada masyarakat.

Kata Kunci: dislipidemia, hipertensi, lansia, pengabdian masyarakat, skrining.

Abstract

The elderly (older adults) are a population group that is vulnerable to various degenerative diseases, particularly hypertension and dyslipidemia. These two conditions significantly contribute to the increased risk of cardiovascular diseases such as atherosclerosis, coronary artery disease, and stroke. This community service activity aimed to conduct blood pressure and total cholesterol screening among elderly residents of Pucanggading Nursing Home in Semarang, as a promotive and preventive effort against non-communicable diseases. The methods included participant registration, brief anamnesis, blood pressure measurement using a digital device, and total cholesterol assay using point-of-care test (POCT). A total of 69 elderly individuals participated, consisting of 65.22% females and 34.78% male participants. The average systolic blood pressure was 148.8 ± 21.54 mmHg, and the diastolic was 55 ± 12.29 mmHg, with 53.6% categorized as having grade 1 hypertension. The mean total cholesterol level was 216.8 ± 57.96 mg/dL, and 57.97% of participants showed elevated cholesterol levels.

These results indicated that older adults tended to have hypertension and dyslipidemia, which could be affected by unhealthy lifestyles and the aging process. This activity highlights the importance of routine screening and health education as concrete steps to improve the health status of the elderly, as well as the strategic role of higher education institutions in community service.

Keywords: *community service, dyslipidemia, elderly, hypertension, screening.*

PENDAHULUAN

Lanjut usia (lansia) menurut UU No. 13 tahun 1998 tentang “Kesejahteraan Lanjut Usia” adalah seseorang yang telah berusia ≥ 60 tahun, mengalami penurunan kemampuan beradaptasi, dan tidak berdaya untuk kebutuhan sehari-hari seorang diri.[1] Populasi lansia di dunia mencapai 500 juta dengan rerata usia 60 tahun dan akan meningkat pada 2025 menjadi 1,2 miliar.[2] Proses penuaan pada lansia merupakan proses pertambahan usia dan perubahan fisiologis.[2] Perubahan tersebut mempengaruhi kemunduran kesehatan fisik yang pada akhirnya akan berpengaruh pada kerentanan terhadap penyakit.[2] Penyakit yang sering terjadi antara lain hipertensi, dislipidemia, penyakit jantung koroner, kardiomiopati, stroke, dan gagal ginjal.[3][4][5]

Hipertensi merupakan salah satu penyebab kematian pada lansia. Prevalensi kejadian hipertensi pada penduduk di Indonesia usia 65-74 tahun mencapai 57,8%.[6] Hipertensi dapat menimbulkan kerusakan organ, sehingga menjadi tantangan tersendiri dalam tatalaksana penyakit pada lansia. Hipertensi pada lansia juga berhubungan dengan penyakit kardiovaskuler, seperti gagal jantung, infark miokard, dan stroke. Hal tersebut disebabkan karena pada lansia telah terjadi berbagai perubahan fisiologis, meliputi perubahan hemodinamik, disregulasi hormonal dan sistem otonom, dan penuaan kondisi ginjal.[7][8]

Dislipidemia ditandai dengan peningkatan maupun penurunan kadar fraksi lipid dalam plasma. akibat abnormalitas fungsi atau metabolisme lemak.[5][9] Dislipidemia dapat diakibatkan oleh gangguan asupan makan, obesitas, kelainan genetik ataupun penyakit lain seperti diabetes melitus.[5][10] Prevalensi penduduk Indonesia usia 65-74 tahun yang memiliki kadar kolesterol total yang tinggi mencapai 20%.[6] Dislipidemia merupakan penyebab aterosklerosis yang dapat dimodifikasi. Aterosklerosis dapat meningkatkan terjadinya berbagai penyakit, antara lain penyakit jantung koroner, penyakit serebrovaskular iskemik dan penyakit pembuluh darah perifer.[5] Dislipidemia dapat disebabkan oleh faktor primer, yaitu genetik, dan faktor sekunder, meliputi asupan makanan tinggi lemak dan glukosa serta aktivitas fisik yang rendah. [5][10]

Upaya pencegahan penyakit yang dapat dilakukan yaitu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran terhadap hipertensi dan dislipidemia, serta kemauan untuk melakukan skrining hipertensi dan dislipidemia secara rutin untuk menjaga

kesehatan tubuh.[11][12] Dosen Fakultas Kedokteran (FK) Universitas Muhammadiyah Semarang (UNIMUS) mengemban tugas Catur Dharma Perguruan Tinggi yang meliputi kegiatan pendidikan dan pengajaran, penelitian, pengabdian kepada masyarakat dan Al Islam Kemuhammadiyah. Fakultas Kedokteran UNIMUS memiliki program pengabdian kepada masyarakat sesuai dengan Visi dan Misi FK UNIMUS. Salah satu program yang telah kami lakukan yaitu kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul kegiatan "Skrining Hipertensi dan Dislipidemia Di Panti Wredha Pucanggading Semarang" yang juga merupakan bagian dari Praktik Belajar Lapangan (PBL) mahasiswa FK UNIMUS blok 17. Kegiatan tersebut diharapkan dapat menjadi media penerapan ilmu pengetahuan dan bermanfaat untuk masyarakat.

Sebagai bagian dari tanggung jawab institusi pendidikan tinggi dalam mengamalkan nilai-nilai Catur Dharma Perguruan Tinggi, khususnya pada aspek pengabdian kepada masyarakat, kegiatan skrining hipertensi dan dislipidemia ini dilaksanakan sebagai bentuk kontribusi nyata FK UNIMUS dalam meningkatkan derajat kesehatan lansia. Kegiatan ini tidak hanya bertujuan memberikan layanan skrining secara langsung kepada para penghuni Panti Wredha Pucanggading Semarang, tetapi juga menjadi sarana untuk menjalin kemitraan dan kerjasama yang strategis dengan institusi-institusi lain melalui kegiatan kolaboratif yang bermanfaat langsung bagi masyarakat. Melalui pelaksanaan kegiatan ini, diharapkan tumbuh kepedulian yang lebih besar dari dosen dan mahasiswa FK UNIMUS terhadap permasalahan kesehatan yang terjadi di lingkungan sekitarnya, serta meningkatkan keterlibatan aktif dalam upaya-upaya promotif dan preventif di masyarakat. Selain itu, kegiatan ini juga berfungsi sebagai media promosi institusi kepada masyarakat luas, sekaligus memperkuat citra FK UNIMUS sebagai institusi yang peduli, responsif, dan berorientasi pada pengabdian masyarakat yang berdampak nyata.

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di Panti Wredha Pucanggading Semarang ini dilakukan dengan pendekatan langsung kepada sasaran, yaitu para lansia penghuni panti. Metode yang digunakan mencakup beberapa tahapan kegiatan yang dilakukan secara sistematis. Tahap pertama dimulai dengan proses administrasi pendaftaran peserta. Setiap lansia yang mengikuti kegiatan didata secara lengkap untuk keperluan dokumentasi dan tindak lanjut. Kegiatan dilanjutkan dengan melakukan anamnesis singkat untuk menggali informasi terkait keluhan utama yang dirasakan oleh peserta, khususnya yang berkaitan dengan riwayat penyakit hipertensi dan gangguan metabolisme lipid.

Tahap selanjutnya adalah pemeriksaan tekanan darah dan kadar kolesterol total darah. Tekanan darah diukur dengan pengukur tekanan darah digital. Kadar kolesterol total diukur menggunakan alat POCT. Pengukuran tekanan darah dan kadar kolesterol total bertujuan untuk skrining awal. Petugas pemeriksa juga dilengkapi dengan handscoon dan alcohol swab untuk menjaga kebersihan dan

mencegah penularan infeksi selama pemeriksaan berlangsung. Seluruh hasil pemeriksaan dicatat dengan teliti menggunakan alat tulis dan formulir data khusus yang telah disiapkan sebelumnya. Pendekatan metode ini dirancang untuk memberikan hasil skrining yang cepat, aman, dan informatif, sehingga dapat menjadi dasar pengambilan keputusan lebih lanjut dalam upaya pencegahan dan pengelolaan penyakit tidak menular pada populasi lanjut usia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat yang dilakukan melalui kegiatan “Skrining Hipertensi dan Dislipidemia di Panti Wredha Pucanggading Semarang” merupakan bagian dari Praktik Belajar Lapangan (PBL) mahasiswa FK UNIMUS blok 17. Kegiatan ini menyasar komunitas lanjut usia sebagai kelompok rentan terhadap penyakit tidak menular, khususnya hipertensi dan dislipidemia.



Gambar 1. Pembukaan dan Penyuluhan Materi



Gambar 2. Pemeriksaan Tekanan darah dan Kolesterol

Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh ketua tim, dilanjutkan dengan penyuluhan materi seputar tekanan darah dan kolesterol. Dalam sesi penyuluhan ini, peserta diberi kesempatan untuk aktif bertanya jawab mengenai topik yang disampaikan. Tim penyuluhan juga turut membagikan doorprize untuk meningkatkan antusiasme peserta. Sebanyak 69 lansia hadir dalam kegiatan ini, terdiri dari mayoritas perempuan. Seluruh peserta tampak antusias dan mengikuti kegiatan hingga selesai.

Setelah sesi penyuluhan, kegiatan dilanjutkan dengan pemeriksaan tekanan darah dan kadar kolesterol oleh tim medis. Peserta mengikuti proses pemeriksaan dengan tertib dan penuh perhatian. Kegiatan ini bertujuan untuk melakukan deteksi dini terhadap risiko hipertensi dan dislipidemia pada kelompok lanjut usia. Sebanyak 69 lansia yang hadir turut berpartisipasi aktif dalam pemeriksaan ini. Pemeriksaan berlangsung lancar dengan dukungan tenaga medis dan peralatan yang memadai

Tabel 1. Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah dan Kadar Kolesterol Total

Parameter	Rerata	N	%
Gender			
Perempuan		45	65,22%
Laki-laki		24	34,78%
Tekanan darah		69	100%
Sistolik	148,8±21,54 mmHg		
Diastolik	55±12,29 mmHg		
Klasifikasi hipertensi		69	100%
Normal		12	17,39%
Hipertensi <i>grade</i> 1		37	53,62%
Hipertensi <i>grade</i> 2		20	28,98%
Kadar Kolesterol	216,8±57,96 mg/dL	69	100%
Meningkat		40	57,97%
Normal		29	42,03%

Data pada tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas peserta skrining hipertensi dan dislipidemia adalah perempuan. Sebagian besar peserta mengalami hipertensi *grade* 1 (53,62%), dan peningkatan kolesterol total (57,97%).

Hubungan antara hipertensi dan peningkatan kolesterol pada lanjut usia telah banyak dibuktikan melalui berbagai penelitian dan teori sebelumnya. Hasil uji chi-square menunjukkan adanya hubungan bermakna antara hipertensi dan kadar kolesterol total yang tinggi ($p < 0,05$). Hipertensi dan kadar kolesterol yang tinggi merupakan faktor risiko utama penyakit kardiovaskular, terutama aterosklerosis. Faktor gaya hidup seperti pola makan tinggi lemak, kurang aktivitas fisik, dan stres memperburuk kondisi ini, terutama pada lansia. Aterosklerosis adalah kondisi pengerasan dan penyempitan pembuluh darah akibat penumpukan plak yang terbentuk dari kolesterol low density lipoprotein (LDL) yang teroksidasi, lemak, dan sel inflamasi pada dinding arteri.[4][10]

Secara fisiologis, penumpukan plak ini menyebabkan berkurangnya elastisitas pembuluh darah dan menyempitnya lumen arteri, sehingga aliran darah terganggu dan jantung harus bekerja lebih keras untuk memompa darah. Kondisi ini meningkatkan tekanan darah, yang kemudian memperparah hipertensi. Selain itu, stres oksidatif akibat radikal bebas juga merusak sel endotel pembuluh darah, mempercepat proses aterosklerosis dan hipertensi.[13]

Penelitian sebelumnya yang dilakukan di beberapa daerah, seperti di Dusun Bringkoning Kabupaten Sampang, menunjukkan hubungan signifikan antara kadar kolesterol tinggi dengan hipertensi pada lansia ($p = 0,01$), dengan kadar kolesterol dan tekanan darah melebihi batas normal.[4] Penelitian lain juga menemukan bahwa kadar kolesterol tinggi, khususnya wanita paruh baya, meningkatkan risiko hipertensi, sementara kadar High Density Lipoprotein (HDL) tinggi bersifat protektif. Oleh karena itu, pengendalian kolesterol melalui pola makan sehat, aktivitas fisik, dan pengelolaan stress menjadi Langkah penting dalam pencegahan hipertensi, sejalan dengan tujuan pengabdian masyarakat untuk meningkatkan kesehatan lansia.[4][5][11]

KETERBATASAN

Kegiatan ini memiliki beberapa keterbatasan yaitu hanya mengukur kolesterol total, tidak mencakup profil lipid lengkap, analisis data bersifat deskriptif dengan tambahan chi-square sederhana, dan Lokasi penelitian tunggal, sehingga generalisasi hasil terbatas

KESIMPULAN

Kegiatan pengabmas melalui penyuluhan “Skrining Hipertensi dan Dislipidemia Di Panti Wredha Pucanggading Semarang” dengan lancar. Peserta penyuluhan sangat senang menerima penyuluhan yang berkaitan dengan definisi, faktor resiko dan pencegahan dislipidemia. Peserta komunitas antusias dan meminta kegiatan seperti ini dapat dilakukan secara berkesinambungan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Panti Wredha Pucanggading Semarang, Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang, serta mahasiswa Blok 17 yang telah berkontribusi dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] N. Salamung, M. R. Pertiwi, et al., Family Nursing, 1st ed. Makassar, Indonesia: Penerbit Andi, 2021.
- [2] E. Widodo, Fisiologi Penuaan dan Perubahan Kardiovaskular pada Lansia," Jurnal Geriatri Indonesia, vol. 5, no. 1, pp. 15-22, 2020.
- [3] N. Siti and D. Puspitasari, Faktor Risiko Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas X, Jurnal Kesehatan Masyarakat, vol. 9, no. 1, pp. 25-32, 2021.
- [4] H. Setiawan and P. Lestari, Hubungan Antara Hiperkolesterolemia dan Hipertensi pada Lansia, Jurnal Ilmiah Keperawatan, vol. 6, no. 2, pp. 45-50, 2020.
- [5] S. A. Soelistijo, Dislipidemia dan aterosklerosis, in Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam, Jakarta, Indonesia: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, 2019, pp. 533-542.
- [6] Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Survei Kesehatan Indonesia 2023 dalam Angka. Jakarta, Indonesia: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023.
- [7] Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar 2018. Jakarta, Indonesia: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019.
- [8] Pusat Data dan Teknologi Informasi Kesehatan, Profil Kesehatan Indonesia 2022. Jakarta, Indonesia: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023.
- [9] [9] Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah 2022. Semarang, Indonesia: Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2023.
- [10] Y. A. Kusuma and A. Anwar, Pengaruh Pola Makan terhadap Kadar Kolesterol pada Lansia di Panti Werdha X, Jurnal Gizi dan Pangan, vol. 15, no. 1, pp. 40-47, 2020.
- [11] D. W. Rahayu and L. M. Saputri, Edukasi Pencegahan Dislipidemia melalui Pengabdian Masyarakat di Komunitas Lansia, Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan, vol. 3, no. 1, pp. 21-28, 2022.
- [12] M. Rini and B. Prasetyo, Peningkatan Pengetahuan Lansia tentang Hipertensi melalui Edukasi Interaktif, Jurnal Abdimas Kesehatan, vol. 2, no. 2, pp. 60-66, 2021.
- [13] F. Akbar, Syamsidar, and N. W. Nengsih, Karakteristik Lanjut Usia Dengan Hipertensi Di Desa Banua Baru, Bina Generasi: Jurnal Kesehatan, vol. 11, no. 2, pp. 6-8, 2020