

PEMERIKSAAN KADAR KOLESTEROL PADA LANSIA DI KAMPUNG TUA TELUK MATA IKAN KELURAHAN SAMBAU KECAMATAN NONGSA RT 03 / RW 07 KOTA BATAM

Yenni Aryaneta¹, Melita Frisca Anjani²

^{1,2}Prodi Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Batam

Email: Yenni.ryaneta@univbatam.ac.id

Keywords :
cholesterol
levels, elderly

Abstract

Cholesterol is one of the components in forming fat which consists of various components such as triglycerides, phospholipids, free fatty acids. Cholesterol functions to build cell walls or cell membranes in the body. Cholesterol is a substance produced by the liver and from saturated fat in food, if levels are too high it can cause coronary artery disease. This type of research is descriptive, namely to provide an overview of cholesterol levels in the blood of the elderly in Kampung Tua Teluk Mata Ikan, Sambau Village, Nongsa District Rt 03 / Rw 07. The method of collecting data is by using primary data obtained directly from the results of measuring cholesterol levels and then presented in table form to determine normal and abnormal conditions. After conducting research in Teluk Mata Ikan Old Village, Sambau Village, Nongsa District, Rt 03 / Rw 07 in March 2024, by checking cholesterol levels in the elderly and 24 people whose cholesterol levels had increased. It is recommended for elderly people who have high levels to regularly check their cholesterol levels at health facilities and reduce foods that are high in fat, and exercise regularly.

Abstrak

Kata Kunci :
kadar
kolesterol,
lansia.

Kolesterol adalah salah satu komponen dalam membentuk lemak yang merupakan berbagai komponen seperti trigliserida, fosfolipida, asam lemak bebas. Kolesterol berfungsi untuk membangun dinding sel atau membran sel di dalam tubuh. Kolesterol adalah suatu zat yang diproduksi oleh hati dan dari lemak jenuh dalam makanan, jika terlalu tinggi kadarnya dapat menyebabkan penyakit arteri koroner. Jenis penelitian ini adalah deskriptif yaitu untuk memberi gambaran tentang kadar kolesterol dalam darah pada lansia Di Kampung Tua Teluk Mata Ikan Kelurahan Sambau Kecamatan Nongsa Rt 03 / Rw 07. Cara pengumpulan data adalah dengan menggunakan data primer yang diperoleh secara langsung dari hasil pengukuran kadar kolesterol dan kemudian disajikan dalam bentuk tabel untuk mengetahui keadaan yang normal dan tidak normal. Setelah dilakukan penelitian Di Kampung Tua Teluk Mata Ikan Kelurahan Sambau Kecamatan Nongsa Rt 03 / Rw 07 pada Bulan Maret 2024, dengan pemeriksaan kadar kolesterol pada lansia dan yang meningkat kadar kolesterol sebanyak 24 orang. Disarankan kepada lansia yang mempunyai kadar meninggi agar rutin memeriksakan kadar kolesterol ke faskes kesehatan dan kurangi makanan yang tinggi lemak, serta berolah raga secara teratur

1. PENDAHULUAN

Kolesterol adalah salah satu komponen dalam membentuk lemak yang merupakan berbagai komponen seperti trigliserida, fosfolipida, asam lemak bebas. Kolesterol berfungsi untuk membangun dinding sel atau membran sel di dalam tubuh, Nilai normal kolesterol 125 mg/dl – 200 mg/dl. Pada usia yang semakin tua kadar kolesterol totalnya relatif lebih tinggi dari pada kadar kolesterol pada usia muda, hal ini dikarenakan semakin tua seseorang aktifitas reseptor semakin berkurang. Sel reseptor ini berfungsi sebagai hemostasis pengaturan peredaran kolesterol didalam darah dan banyak terdapat dalam hati, kelenjar gonad dan kelenjar adrenal (Swastini, 2021).

Menurut World Health Organization (WHO), lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas. Lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan terjadi suatu proses yang disebut proses penuaan (aging process).

Berdasarkan Kementerian Kesehatan atau Kemenkes (2019) Indonesia mulai memasuki periode aging population, dimana terjadi peningkatan umur harapan hidup yang diikuti dengan peningkatan jumlah lansia. Di Indonesia mengalami peningkatan jumlah penduduk lansia dari 18 juta jiwa (7,56%) pada tahun 2010, menjadi 25,9 juta jiwa (9,7%) pada tahun 2019, dan dapat diperkirakan akan terus meningkat dimana tahun 2035 menjadi 48,2 juta jiwa (15,77). Sedangkan Proporsi lansia di Sumatera Utara telah mencapai 7,25 persen dari keseluruhan penduduk pada tahun 2017. Kondisi ini menunjukkan bahwa selama setahun terakhir ini di Sumatera Utara proporsi lansia bertambah secara nyata yaitu meningkat dari 6,96 persen pada tahun 2016 menjadi 7,25 persen pada tahun 2017 atau meningkat 0,29 persen (BPS Sumut 2017). %). Peningkatan jumlah penduduk lansia akan menjadi beban apabila lansia memiliki masalah penurunan kesehatan (Kemenkes R1, 2019). Menurut data WHO tahun 2022 kematian akibat gangguan kolesterol tinggi sebanyak 4,4 juta jiwa, di Indonesia meningkat sebanyak 28% pertahun. Kolesterol banyak diderita oleh para lansia itu dikarenakan karena faktor usia yang semakin lama badan akan semakin malas digerakkan, sehingga kolesterol didalam tubuh akan menumpuk dihati, oleh sebab itu dibutuhkan gerak yang seimbang antara pola makanan dan olahraga agar para lansia terhindar dari kolesterol berlebih, terutama penyakit yang dapat membunuh manusia dalam sekejap yaitu penyakit jantung dan lain lain (Trisartiaka & Agustina, 2022).

2. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan yang digunakan dalam mengatasi permasalahan ini adalah sebagai berikut:

1. Melakukan koordinasi kegiatan pengabdian masyarakat Di Kampung Tua Teluk Mata Ikan Kelurahan Sambau Kecamatan Nongsa Rt 03 / Rw 07.
2. Melakukan survey awal untuk menggali sejauh mana partisipasi masyarakat Melakukan pengkajian dan observasi lapangan untuk mengetahui jumlah lansia

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari minggu, tanggal 03 Maret 2024, pukul 09.00 s/d selesai. Kegiatan pengabdian masyarakat melakukan pemeriksaan kolesterol pada masyarakat usia 60—70 tahun Di Kampung Tua Teluk Mata Ikan Kelurahan Sambau Kecamatan Nongsa Rt 03 / Rw 07. Kegiatan pengabdian masyarakat meliputi tahap persiapan dan pelaksanaan. Tahap persiapan meliputi persiapan alat yang diperlukan, dan termasuk persiapan pengurusan surat ijin pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat Kampung Tua Teluk Mata Ikan Kelurahan Sambau Kecamatan Nongsa Rt 03 / Rw 07. Tahapan pelaksanaan kegiatan ini dimulai dari survei awal, pengurusan izin dan pelaksanaan sosialisasi pemeriksaan kolesterol Di Kampung Tua Teluk Mata Ikan Kelurahan Sambau Kecamatan Nongsa Rt 03 / Rw 07. Pengabdian masyarakat ini yang bertujuan untuk melihat gambaran keadaan kolesterol pada lansia di kecamatan tersebut.

Keseluruhan sosialisasi pemeriksaan kolesterol pada lansia Di Kampung Tua Teluk Mata Ikan Kelurahan Sambau Kecamatan Nongsa Rt 03 / Rw 07 terlaksana dengan baik dan lancar. Sosialisasi PBL ini didahului dengan penyampaian tata laksana dan bertanya jawab seputar kegiatan tersebut. Kegiatan ini memberi kesan positif pada lingkungan masyarakat setempat sehingga dapat dan mampu memahami bahwa pentingnya dilakukannya pemeriksaan kolesterol pada lansia. Keluarga yang juga tinggal di lingkungan tersebut ikut dalam kegiatan begitu antusias, hal ini terlihat dari respon atau keaktifan mereka dalam kegiatan yang berlangsung. Perlakuan pemeriksaan ini merupakan salah satu langkah pemeriksaan kesehatan pada lansia diharapkan dapat dilakukan secara berkelanjutan (Rosmaini et al., 2022).

Kolesterol total merupakan jumlah kolesterol yang dibawa dalam semua partikel pembawa kolesterol dalam darah, termasuk HDL, LDL, dan VLDL. Kolesterol merupakan bahan pembangun esensial bagi tubuh yang digunakan untuk sintesis zat-zat penting didalam tubuh seperti membran sel dan bahan isolasi sekitar serat saraf, begitu pula dengan hormon kelamin, anak ginjal, vitamin D, serta asam empedu (Aryani et al., 2021).

Kolesterol dalam konsentrasi tinggi ditemukan didalam jaringan kelenjar dan kolesterol disimpan

dan disintesis dalam hati Namun, apabila kolesterol dikonsumsi dalam jumlah yang berlebihan dapat menyebabkan peningkatan kadar kolesterol didalam darah yang biasa disebut dengan hiperkolesterolemia, bahkan dalam jangka waktu yang panjang dapat menyebabkan kematian. Peningkatan kadar kolesterol dalam darah cenderung mengalami peningkatan pada orang- orang yang mengalami kegemukan, kurang berolahraga atau melakukan aktivitas fisik, perokok, dan pada lansia (Aruan et al., 2022).



Gambar 1. Kegiatan pengecekan Kesehatan masyarakat (gula darah, kolesterol, asam urat).



Gambar 2. Senam lansia.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa gambaran kadar kolesterol pada lansia yang ada dilingkungan Di Kampung Tua Teluk Mata Ikan Kelurahan Sambau Kecamatan Nongsa Rt 03 / Rw 07.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan bisa dilakukan secara rutin untuk masyarakat lansia di lingkungan tersebut. Serta mengingatkan masyarakat untuk tetap melaksanakan protokol kesehatan dan mengatur pola makan yang baik serta menjaga kebersihan diri dan lingkungan

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak ada potensi konflik kepentingan yang relevan dengan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aruan, D. G. R., Siahaan, M. A., & Purba, Y. (2022). Pemeriksaan Kadar Kolesterol Pada Lansia di Lingkungan Kelurahan Pahlawan Medan Perjuangan. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 3(2), 102–107.
- Aryani, A., Herawati, V. D., Keberawatan, P. I., & Surakarta, U. S. (2021). Kondisi Lanjut Usia Yang Mengalami Hiperkolesterolemia Di Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) Lanjut Usia Desa Betengsari, Kartasura : Pilot Study. *Jurnal Perawat Indonesia*, 5(1), 527–536. <https://doi.org/10.32584/jpi.v5i1.759>
- Raymond. (2019). Pembinaan Perencanaan Pemasaran Produk Bagi Anggota Pkk Asoka Dikota Batam. *Jurnal Pengabdian Bareleng*, 1(01), 1. <https://doi.org/10.33884/jpb.v1i01.952>
- Raymond, R. (2018). Peningkatan Kinerja Pemasaran Melalui Pelatihan Perencanaan Bagi Kelompok Usaha Kerajinan Taufan Handrycraft Di Kota Batam. *J-ABDIPAMAS (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 2(1), 105. <https://doi.org/10.30734/j-abdipamas.v2i1.151>
- Putra, D. G., & Raymond, R. (2019). Pengaruh Dana Pihak Ketiga Dan Kecukupan Modal Terhadap Profitabilitas Pada Bank Riau Kepri Kota Batam. *SCIENTIA JOURNAL: Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 1(2).
- Raymond, R., Siregar, D. L., Putri, A. D., Indrawan, M. G., & rahmat Yusran, R. (2023). pelatihan pencatatan biaya bahan baku untuk meningkatkan kinerja keuangan umkm ikan hias: The Training for Recording of Raw Material Costs to Improve the Financial Performance of UMKM Ornamental Fish. *PUAN INDONESIA*, 5(1), 53-62.
- Raymond, R., Siregar, D. L., Putri, A. D., Indrawan, M. G., & Simanjuntak, J. (2023). Pengaruh disiplin kerja dan beban kerja terhadap kinerja karyawan pada pt tanjung mutiara perkasa. *JURSIMA*, 11(1), 129-133.
- Raymond, R. (2018). Peningkatan Kinerja Pemasaran Melalui Pelatihan Perencanaan Bagi Kelompok

- Usaha Kerajinan Taufan Handrycraft Di Kota Batam. *J-ABDIPAMAS (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 2(1), 105-110.
- Raymond, R. (2017). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kemiskinan Di Propinsi Kepulauan Riau. *Akrab Juara: Jurnal Ilmu-ilmu Sosial*, 2(3), 14-24.
- Raymond, R., Siregar, D. L., Putri, A. D., Indrawan, M. G., & rahmat Yusran, R. (2023). Pelatihan Pencatatan Biaya Bahan Baku Untuk Meningkatkan Kinerja Keuangan Umkm Ikan Hias: The Training for Recording of Raw Material Costs to Improve the Financial Performance of UMKM Ornamental Fish. *PUAN INDONESIA*, 5(1), 53-62.
- Raymond, R., Siregar, D. L., Putri, A. D., Indrawan, M. G., & Simanjuntak, J. (2023). Pengaruh disiplin kerja dan beban kerja terhadap kinerja karyawan pada pt tanjung mutiara perkasa. *Jursima (Jurnal Sistem Informasi dan Manajemen)*, 11(1), 129-133.
- Siregar, D. L., Indrawan, M. G., Putri, A. D., Rosiska, E., & Raymond, R. (2023). Development Of Product Packaging Design In Income Increasing Business Group Of Prosper Family (Uppks) Friends Kitchen In Batam City: Pengembangan Desain Kemasan Produk Pada Kelompok Usaha Peningkatan Pendapatan Keluarga Sejahtera (UPPKS) Sahabat Kitchen Di Kota Batam. *PUAN INDONESIA*, 4(2), 279-284.
- Rosmaini, R., Melrisda, W. I., & Haiga, Y. (2022). Gambaran Kadar Kolesterol Total Pada Lansia di Puskesmas Lubuk Buaya Tahun 2019. *Scientific Journal*, 1(2), 101–110.
<https://doi.org/10.56260/sciena.v1i2.34>
- Swastini, I. G. A. A. P. (2021). Gambaran kolesterol total pada lansia di Puskesmas I Denpasar Selatan. *Meditory : The Journal of Medical Laboratory*, 9(2), 68–77.
<https://doi.org/10.33992/m.v9i2.1526>
- Trisartiaka, R. C., & Agustina, F. (2022). Hubungan Pengetahuan Dan Kepatuhan Lansia Dalam Upaya Pengontrolan Kadar Kolesterol. *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 14(1).
<https://doi.org/10.36729/bi.v14i1.816>
- Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan, 6, 481–485. 10. Reddy, M., Rolnik, D. L., Harris, K., Li, W., Mol, B. W., Da Silva Costa, F., Wallace, E. M., & Palmer, K. (2020). Challenging the definition of hypertension in pregnancy: a retrospective cohort study. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, 222(6), 606.e1-606.e21
- Kementerian Kesehatan RI. Profil kesehatan Indonesia 2015. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2016.
- Kementerian Kesehatan RI. Profil kesehatan Indonesia 2014. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2015.
- Lisbet L. Pencapaian Millenium Development Goals (MDGs). *Politica*. 2016; 4(1):129–56. Kementerian Kesehatan RI. InfoDATIN: pusat data dan informasi kementerian kesehatan RI: mother's day. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2014.