

Pengukuran Kadar Kolesterol Total Dan Pelayanan Konsultasi Sindrom Metabolik Di Kelurahan Rawamangun, Jakarta Timur

Astri Handayani^{1*}, Fransisca Chondro¹, Lily Marliany Surjadi², Juni Chudri¹

¹Fakultas Kedokteran, Program Studi Sarjana Kedokteran, Universitas Trisakti, Jakarta, Indonesia

²Fakultas Kedokteran, Program Studi Pendidikan Profesi Dokter, Universitas Trisakti, Jakarta, Indonesia

Email: *astri.handayani@trisakti.ac.id

Abstrak – Sindrom metabolik adalah sekumpulan gejala gangguan metabolik yang terdiri dari resistensi insulin, dislipidemia, obesitas sentral dan hipertensi. Sindrom metabolik dapat dikategorikan sebagai masalah penting bagi kelompok usia pra lansia dan lansia, karena adanya faktor proses penuaan yang memegang peranan penting dalam prevalensi terjadinya resiko kardiovaskuler dan faktor resiko metabolik yang menjadi bagian dalam sindrom ini. Salah satu indikator yang mudah untuk dilakukan pemeriksaan adalah kadar kolesterol. Kadar kolesterol yang melebihi normal dalam tubuh akan mengalami penimbunan dalam dinding pembuluh darah dan menimbulkan suatu keadaan yang disebut sebagai atherosclerosis. Berdasarkan hal tersebut diatas maka dianggap perlu untuk dilakukan pemeriksaan kadar kolesterol total dalam darah sebagai langkah penyaringan awal yang sederhana terhadap sindrom metabolik dan dilakukan tatalaksana serta perubahan gaya hidup. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini akan dilakukan konsultasi, penyaringan (skrining), pemeriksaan fisik serta pengobatan terhadap warga. Akan dilakukan pemeriksaan penunjang untuk mengetahui kadar kolesterol total. Kemudian peserta melakukan konsultasi sesuai hasil pemeriksaan.

Kata Kunci: Sindrom Metabolik, Kolesterol Total, Konsultasi, Skrining.

Abstract – Metabolic syndrome is a set of symptoms of metabolic disorders consist of insulin resistance, dyslipidemia, central obesity and hypertension. Metabolic syndrome can be categorized as an important problem for pre-elderly and elderly age groups, due to the aging process factors that play an important role in the prevalence of cardiovascular risk and metabolic risk factors. One indicators to check is the cholesterol level. Cholesterol levels that exceed normal level in the body will accumulate in the walls of blood vessels and cause a condition called atherosclerosis. Based on the above, it is considered necessary to check the level of total cholesterol in the blood as a simple initial screening step for metabolic syndrome and conduct management and lifestyle changes. This community service activity will be done with consultation, screening, physical examination and treatment of residents. A supporting examination will be conducted to find out the total cholesterol level. Then the participants consult according to the examination results.

Keywords: Metabolic Syndrome, Cholesterol Level, Consultation, Screening.

1. PENDAHULUAN

Sindrom metabolik adalah sekumpulan gejala gangguan metabolik yang terdiri dari resistensi insulin, dislipidemia, obesitas sentral dan hipertensi. (Fahed et al., 2022) Sindrom metabolik apabila tidak ditatalaksana dengan baik maka diasosiasikan dengan peningkatan resiko terjadinya penyakit kardiovaskular dan merupakan penyebab kematian terbesar pada populasi secara umum.(Fahed et al., 2022; Ju et al., 2017) Sindrom metabolik dapat dikategorikan sebagai masalah penting bagi kelompok usia pra lansia dan lansia karena adanya faktor penuaan yang memegang peranan penting dalam prevalensi terjadinya resiko penyakit kardiovaskuler dan faktor resiko metabolik yang menjadi bagian dalam sindrom ini.(Ju et al., 2017) Dengan adanya pandemi COVID-19 mengakibatkan terjadinya perubahan gaya hidup menjadi lebih sedenter sehingga terjadi peningkatan kasus sindrom metabolik.(Fenty et al., 2020)

Dislipidemia adalah salah satu gejala dari sindrom metabolik yang ditandai dengan peningkatan kadar lemak dan kolesterol dalam darah. Penurunan kadar HDL serta peningkatan kolesterol total, LDL dan trigliserida terjadi pada dislipidemia.(Catur Pekerti, et al., 2019) Salah satu indikator yang mudah dilakukan adalah pemeriksaan kadar kolesterol. Kadar kolesterol total dalam darah sebaiknya adalah <200 mg/dl, apabila kadar kolesterol total dalam darah >200 mg/dL maka akan terjadi peningkatan resiko terjadi penyakit jantung coroner.(Catur Pekerti, et al., 2019; Listiyana et al., 2013) Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menyebutkan bahwa pada kelompok

usia 45-54 tahun beresiko tinggi terkena penyakit kardiovaskuler. Proporsi penduduk Indonesia dengan kadar kolesterol total di atas normal lebih tinggi pada perempuan (39,6%) dibandingkan pada laki-laki (30,0%) dan penduduk pada daerah perkotaan memiliki kadar kolesterol yang lebih tinggi apabila dibandingkan dengan penduduk yang tinggal di daerah pedesaan. (Kementerian Kesehatan RI, 2019) Kadar kolesterol yang melebihi normal dalam tubuh akan mengalami penimbunan dalam dinding pembuluh darah dan menimbulkan suatu keadaan yang disebut sebagai atherosclerosis. (Listiyana et al., 2013) Atherosclerosis merupakan awal mula terjadinya penyakit jantung dan stroke. Menurut data WHO 20% kejadian stroke dan lebih dari 50% serangan jantung diakibatkan karena peningkatan kadar kolesterol dalam tubuh. (Solikin & Muradi, 2020) Berdasarkan hal tersebut diatas maka dianggap perlu untuk dilakukan pemeriksaan kadar kolesterol total dalam darah sebagai langkah penyaringan awal yang sederhana terhadap sindrom metabolik dan dilakukan tatalaksana serta perubahan gaya hidup. Dengan dilakukannya program Pengabdian Kepada Masyarakat ini diharapkan dapat meningkat status kesehatan warga dan mencegah terjadinya penyakit sindrom metabolik.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini ditujukan kepada masyarakat pralansia dan lansia yang bertempat tinggal di RW 07 Kelurahan Rawamangun Kecamatan Pulogadung, Jakarta Timur. Metode pelaksanaan yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pemeriksaan kadar kolesterol total dan pelayanan konsultasi. Kegiatan ini dimulai dengan pendaftaran, kemudian dilakukan pengukuran kadar kolesterol total dan dilanjutkan dengan pelayanan konsultasi. Pelayanan konsultasi terutama ditujukan bagi para masyarakat dengan hasil pemeriksaan kolesterol total yang tinggi. Semua peserta dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini turut berpartisipasi secara aktif.

Beberapa tahapan dalam pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat ini yaitu:

1. Tahap Persiapan. Pada tahap ini dilakukan survei ke lokasi dan dilakukan koordinasi dengan Ketua RW 07 berkaitan dengan kegiatan yang akan dilakukan, lalu tim mempersiapkan peralatan yang dibutuhkan.
2. Tahap Pelaksanaan. Dengan berkoordinasi dengan Ketua RW 07, tim melakukan pengukuran kadar kolesterol total dan dilanjutkan dengan pelayanan konsultasi
3. Tahap Evaluasi. Pada tahap ini dilakukan evaluasi hasil dari kegiatan penyuluhan yang telah dilakukan.
4. Tahap Pembuatan Laporan dan Publikasi. Pada tahap ini dilakukan pembuatan laporan hasil kegiatan beserta manuskrip yang kemudian akan dipublikasikan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada hari pelaksanaan Pengabdian kepada masyarakat dilakukan pendaftaran terhadap para peserta, didapatkan sejumlah 18 orang (33%) peserta laki-laki dan 36 orang (67%) peserta perempuan. Kemudian dilakukan pengukuran kadar kolesterol sewaktu dengan hasil sebanyak 21 orang (39%) peserta dengan hasil pengukuran kolesterol sewaktu normal dan 33 orang (61%) peserta dengan hasil pengukuran kolesterol sewaktu tinggi. Kepada para peserta dengan hasil pemeriksaan kolesterol sewaktu diatas normal dilakukan penyuluhan dan pemberian obat-obatan yang sesuai dengan kondisi klinis peserta.

Tabel 1. Karakteristik Peserta Pengabdian Kepada Masyarakat

Karakteristik	Jumlah	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	18	33
Perempuan	36	67
Kadar Kolesterol Sewaktu		

Normal	21	39
Diatas normal	33	61



Gambar 1. Kegiatan Pendaftaran Dan Pendataan Peserta



Gambar 2. Kegiatan Pengukuran Kolesterol Sewaktu



Gambar 3. Kegiatan Pengukuran Kolesterol Sewaktu



Gambar 4. Kegiatan Penyuluhan dan Pengobatan.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan pada RW 07 Kelurahan Rawamangun berjalan dengan lancar. Diharapkan dengan diadakannya kegiatan seperti ini maka kualitas kesehatan para warga dapat meningkat dan terdapat peningkatan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan pribadi. Diharapkan kegiatan ini dapat dilakukan dengan berkesinambungan sehingga dapat mencakup sasaran warga yang lebih luas dan meningkatkan kesadaran warga akan kesehatan.

REFERENCES

- Catur Pekerti, A., Nila Kurniasari, F., & Kusumastuty, I. (2019). Jus Jambu Merah dan Jeruk Siam Menurunkan Trigliserida pada Wanita Dislipidemia. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 6(1), 1–9. <https://doi.org/10.21776/ub.ijhn.2019.006.01.1>
- Fahed, G., Aoun, L., Zerdan, M. B., Allam, S., Zerdan, M. B., Bouferraa, Y., & Assi, H. I. (2022). Metabolic Syndrome: Updates on Pathophysiology and Management in 2021. *International Journal of Molecular Sciences*, 23(2). <https://doi.org/10.3390/ijms23020786>
- Fenty, F., Hendra, P., & Suhadi, R. (2020). Edukasi dan Skrining Sindrom Metabolik Pada Kelompok Wanita Gereja Kristen Nazarene Filadelfia Yogyakarta. *Abdimas Altruis : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 28–31.

Ju, S. Y., Lee, J. Y., & Kim, D. H. (2017). Association of metabolic syndrome and its components with all-cause and cardiovascular mortality in the elderly. *Medicine (United States)*, 96(45).
<https://doi.org/10.1097/MD.00000000000008491>

Kementerian Kesehatan RI. (2019). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. In *Laporan Nasional Riskesdas 2018* (Vol. 1, Issue 1). <https://www.kemkes.go.id/article/view/19093000001/penyakit-jantung-penyebab-kematian-terbanyak-ke-2-di-indonesia.html>

Listiyana, A. D., Mardiana, M., & Prameswari, G. N. (2013). Obesitas sentral dan kadar kolesterol darah total. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 37–43.

Solikin, S., & Muradi, M. (2020). Hubungan Kadar Kolesterol Dengan Derajat Hipertensi Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Sungai Jingah. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, 5(1), 143–152.
<https://doi.org/10.51143/jksi.v5i1.230>