

PEMERIKSAAN GULA DARAH DAN ASAM URAT PADA MASYARAKAT UMUM SAAT *CAR FREE DAY* DI LAPANGAN GUBERNUR JAMBI

Nyimas Natasha, Amelia Dwi Fitri

Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi, Indonesia

nyimasnatasha@gmail.com

ABSTRAK

Indonesia sedang mengalami beban ganda dalam menghadapi masalah penyakit, yang mana penyakit menular dan penyakit tidak menular keduanya menjadi masalah kesehatan. Penyakit tidak menular yang lebih dikenal dengan sebutan transisi epidemiologi. Salah satu penyakit tidak menular dengan prevalensi cukup tinggi di Indonesia adalah diabetes melitus dan hiperurecemia. Kegiatan dilaksanakan pada bulan Agustus 2019 di Kantor Gubernur Telanaipura pada saat *Car free day*. Kegiatan ini dilakukan dengan metoda pemeriksaan langsung pada peserta kegiatan dan edukasi mengenai hasil pemeriksaan. Pemeriksaan kadar gula darah menggunakan alat glucometer dimana yang diukur adalah kadar gula sewaktu. Pemeriksaan kadar asam urat menggunakan alat uricemiameter. Hasil pemeriksaan kadar gula darah, dari 76 orang peserta kegiatan yang pemeriksaan gula darah sebanyak 8 orang memiliki kadar gula darah diatas normal dan 68 orang memiliki kadar gula darah normal. Hasil pemeriksaan kadar asam urat, dari 100 orang peserta kegiatan yang melakukan pemeriksaan asam urat adalah sebanyak 4 orang memiliki kadar asam urat diatas normal dan 96 orang memiliki kadar asam urat normal.

PENDAHULUAN

Indonesia sedang mengalami beban ganda dalam menghadapi masalah penyakit, yang mana penyakit menular dan penyakit tidak menular keduanya menjadi masalah kesehatan. Bahkan terjadi perubahan pola dari penyakit menular ke penyakit tidak menular yang lebih dikenal dengan sebutan transisi epidemiologi. Salah satu penyakit tidak menular dengan prevalensi cukup tinggi di Indonesia adalah diabetes melitus dan hiperurecemia.¹

Diabetes melitus (DM) merupakan sebuah penyakit yang serius karena penderitanya memiliki resiko serangan

kematian yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan penderita yang non-diabetes. Menurut perkiraan WHO bahwa 346 juta orang lebih di seluruh dunia menderita DM. Jumlah tersebut akan terus bertambah dua kali lipat pada tahun 2005 sampai dengan 2030. Secara epidemiologi, diperkirakan bahwa pada tahun 2030 prevalensi DM di Indonesia mencapai 21,3 juta orang.^{2,3}

DM termasuk penyakit degeneratif yang ditandai dengan kadar gula darah di atas normal, yang disebabkan hilangnya fungsi hormon insulin dalam pengendalian

kadar gula darah normal. DM merupakan penyakit kronis yang akan diderita seumur hidup sehingga progresifitas penyakit akan terus berjalan, dimana pada suatu saat dapat menimbulkan komplikasi. Hal yang dapat dilakukan penderita DM untuk mencegah terjadinya komplikasi adalah dengan mengontrol kadar gula darah tetap dalam batas normal. Cara mengontrolnya antara lain dengan mengurangi atau membatasi asupan glukosa dan makanan berkalori tinggi, makan dengan gizi seimbang, olahraga teratur, perbanyak makan sayur dan buah, serta teratur kontrol gula dan darah. Skrining DM adalah suatu cara untuk mendeteksi penyakit diabetes mellitus tipe 2 untuk mereka yang tidak mempunyai keluhan / asimtomatik. Sekitar 50% dari penderita DM tidak mempunyai keluhan, maka satu-satunya cara untuk mendeteksi mereka adalah dengan melakukan skrining.⁴

Hiperurecemia adalah peningkatan kadar asam urat di dalam darah. Keadaan hiperurecemia ini dapat menyebabkan terjadinya artritis gout yaitu peradangan pada sendi yang disebabkan penimbunan asam urat. Keadaan artritis gout dapat mengganggu aktivitas seseorang sehingga dapat menurunkan produktivitas kerja. Hiperurecemia dapat dicegah dan ditanggulangi dengan perubahan pola hidup terutama pola makan.⁵

METODE

Kegiatan dilaksanakan pada bulan Agustus 2019. Lokasi kegiatan di daerah Kantor Gubernur Telanaipura, Kota Jambi. Kegiatan dilaksanakan pada hari Minggu

dimana pada hari tersebut banyak masyarakat Kota Jambi yang berolahraga dan mengikuti acara *Car free day*.

Kegiatan ini dilakukan dengan metoda pemeriksaan langsung pada peserta kegiatan dan edukasi mengenai hasil pemeriksaan. Pemeriksaan kadar gula darah menggunakan alat glucometer dimana yang diukur adalah kadar gula sewaktu. Pemeriksaan kadar asam urat menggunakan alat uricemiameter.

HASIL

Kegiatan pemeriksaan gula darah diikuti oleh 76 orang dan pemeriksaan asam urat diikuti oleh 100 orang. Pada saat kegiatan dilaksanakan peserta sangat antusias untuk melakukan pemeriksaan. Setelah pemeriksaan dilakukan edukasi dari hasil pemeriksaan. Edukasi berupa informasi gaya hidup dan pola makan yang baik untuk menjaga kadar gula darah dan asam urat dalam batas normal. dan dilakukan juga pengobatan yang diberikan pada masyarakat yang memiliki kadar asam urat atau gula darah diatas normal.

Adapun karakteristik demografi dari masyarakat yang ikut dalam kegiatan ini adalah sebagai berikut:

Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan jenis kelamin, kegiatan pemeriksaan kadar gula darah diikuti oleh 43 orang peserta perempuan dan 33 orang peserta laki-laki, sedangkan kegiatan pemeriksaan kadar asam urat diikuti 63 orang peserta perempuan dan 37 orang peserta laki-laki. Gambaran distribusi

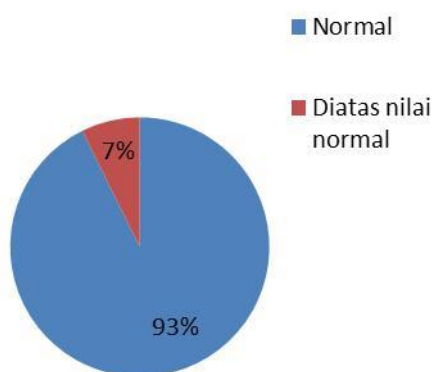
peserta berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Distribusi jenis kelamin peserta kegiatan pemeriksaan kadar gula darah dan asam urat

Jenis Kelamin	Gula darah		Asam Urat	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Laki-laki	33	43,42	37	37
Perempuan	43	56,58	63	63
Total	76	100	100	100

Berdasarkan Hasil Pemeriksaan Kadar Gula Darah

Berdasarkan hasil pemeriksaan kadar gula darah, dari 76 orang peserta kegiatan yang pemeriksaan gula darah adalah sebanyak 8 orang memiliki kadar gula darah diatas normal dan 68 orang



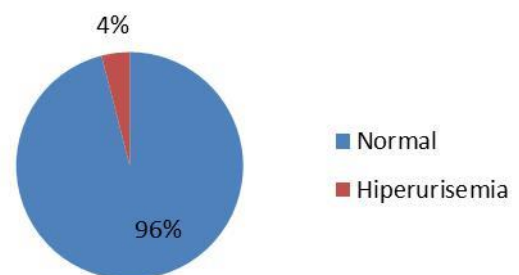
memiliki kadar gula darah normal.

Diagram 1. Distribusi Kadar Gula darah peserta kegiatan

Berdasarkan Hasil Pemeriksaan Kadar Asam urat

Berdasarkan hasil pemeriksaan kadar asam urat, dari 100 orang peserta kegiatan yang melakukan pemeriksaan asam urat adalah sebanyak 4 orang memiliki kadar asam urat diatas normal dan 96 orang memiliki kadar asam urat normal.

Diagram 2. Distribusi Kadar asam urat peserta kegiatan



KESIMPULAN DAN SARAN

Pemeriksaan kadar gula darah dan asam urat merupakan pemeriksaan penapisan awal untuk mencegah komplikasi dari peningkatan kadar gula darah dan asam urat. Dengan mengetahui lebih awal kondisi asam urat dan gula darah seseorang diharapkan dapat dilakukan pencegahan dan pengobatan. Sebaiknya dilakukan pemeriksaan kadar gula darah dan asam urat secara rutin terutama bagi

masyarakat yang hasil pemeriksaannya

melebihi batas normal.

Daftar Pustaka

1. Kemenkes RI, 2012, Pusat Dara dan Informasi Kesehatan: Hiperurecemia
2. WHO, 2000. Country and regional data on diabetes
3. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan, Republik Indonesia, 2008, Laporan Nasional RISKEDA (Riset Kesehatan Dasar) 2007
4. PERKENI, 2006, Konsensus Pengelolaan DM tipe 2
5. Kemenkes RI , 2012, Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan: Penyakit Tidak Menular.