

**CEGAH KOMPLIKASI DIABETES MELALUI PEMERIKSAAN KOLESTEROL
DALAM DARAH
BAGI MASYARAKAT RT 01 DAN RT 07 RW 02
KELURAHAN SUKAJAYA PALEMBANG**

Margareta Haiti ¹

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Katolik Musi Charitas

Email: haititasti@gmail.com¹

Lidwina Septie Ch ²

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Katolik Musi Charitas

Email: lidwinachristyawardani@gmail.com²

ABSTRAK

Diabetes mellitus disebabkan oleh kadar insulin berkurang dalam darah, maka gula darah tidak bisa diproses menjadi energi akibatnya kadar gula dalam darah akan meningkat berlebihan. Gula yang berlebihan akan merusak pembuluh darah, karena gula tidak bisa diproses menjadi energi pada penderita Diabetes Mellitus. Maka energi terpaksa dibuat dari sumber lain seperti lemak dan protein. Akibatnya, kolesterol yang terbentuk pada rantai metabolisme lemak dan protein bias menumpuk dan mengancam pembuluh darah. atherosklerosis akan menyerang hampir semua pembuluh darah, terutama jaringan pembuluh perifer, keadaan inilah yang merupakan dasar timbulnya berbagai komplikasi Diabetes Mellitus. Pemeriksaan kadar kolesterol dalam darah dilaksanakan di kantor Kelurahan Sukarami pada tanggal 11 Februari 2017. Dari 40 orang yang dilakukan pemeriksaan ada 14 orang dengan kadar kolesterol diatas 200 mg/dl. Diperoleh 40 orang yang dilakukan pemeriksaan kadar kolesterol dalam darah.

Kata Kunci: kolesterol, diabetes mellitus

ABSTRACT

Diabetes mellitus caused by reduced insulin levels in the blood, then the blood sugar can not be processed into energy consequently blood sugar levels will increase excessively. Excessive sugar will damage the blood vessels, because sugar can not be processed into energy in people with Diabetes Mellitus. Then the energy must be made from other sources such as fat and protein. As a result, cholesterol that forms in the metabolic chain of fat and proteins can accumulate and threaten blood vessels. atherosclerosis will attack almost all blood vessels, especially peripheral vessel tissue, this is the basis of the emergence of various complications of Diabetes Mellitus. Examination of cholesterol levels in blood was conducted at Sukarami Village office on February 11, 2017. Of 40 people examined there were 14 people with cholesterol levels above 200 mg / dl. Obtained 40 people who checked blood cholesterol levels.

Keywords: cholesterol, diabetes mellitus

1. PENDAHULUAN [Times New Roman 11 bold, kapital]

Kolestrol adalah lemak yang terdapat di dalam aliran darah atau sel tubuh yang sebenarnya dibutuhkan untuk pembentukan dinding sel dan sebagai bahan baku beberapa hormone. Hiperkolesterolemia (hiper = tinggi, -emia

= darah) adalah peningkatan kadar kolesterol total puasa dalam darah. Dikenal pula istilah “hiperlipidemia” yaitu peningkatan kadar lemak (profilipid) darah secara umum yang ditandai dengan peningkatan kadar kolesterol total, kolesterol LDL, dan trigliserida, serta kadar kolesterol HDL di bawah normal.

Hiperkolesterolemia telah menjadi masalah kesehatan di negara-negara maju dan maupun negara berkembang. Prevalensi hiperkolesterolemia tertinggi adalah di Eropa, diikuti Amerika, dan terendah di Asia Tenggara. Menurut data World Health Organization (WHO) (2015), hiperkolesterolemia telah menyebabkan sepertiga dari jumlah penyakit jantung iskemik. Sedangkan kematian mencapai 2,6 juta jiwa (4,5% dari total kematian) dan 29,7 juta jiwa mengalami ketidakmampuan menjalani kehidupan normal.(Elon & Prancos, 2015).

Kolestrol yang normal harus di bawah 200 mg/dl. Apabila di atas 240 mg/dl, maka berisiko tinggi terkena penyakit seperti serangan jantung atau stroke. Kadar kolesterol darah yang tinggi, dapat memberi akibat yang serius terhadap kesehatan individu seseorang dengan Kadar kolesterol darah diatas 200 mm/dl memiliki resiko tinggi mengalami gangguan kesehatan. kolesterol yang terbentuk pada rantai metabolisme lemak dan protein bisa menumpuk dan mengancam pembuluh darah. atherosklerosis akan menyerang hampir semua pembuluh darah, terutama jaringan pembuluh perifer, keadaan inilah yang merupakan dasar timbulnya berbagai komplikasi Diabetes Mellitus.

Masyarakat yang bermukim di RT 01 dan RT 07 Kelurahan Sukajaya Kecamatan Sukarami Palembang dan yang menjadi target adalah masyarakat usia produktif yang menderita atau dicurigai diabetes mellitus

Berdasarkan survey yang dilakukan didapatkan informasi bahwa masih banyak anggota masyarakat RT 01 RW 01 dan RT 07 RW 02 yang beresiko dan menderita penyakit yang diakibatkan kadar kolesterol dan kadar gula dalam darah yang di atas nilai rujukan atau nilai normal.

Adapun tujuan dari kegiatan ini adalah Masyarakat mengetahui kadar kolesterol dalam darah dan memahami pentingnya pemeriksaan kadar kolesterol dalam darah khususnya yang menderita

diabetes mellitus. Luaran yang akan dicapai dari pengabdian ini yaitu Masyarakat mengetahui kadar kolesterol dalam darah dan memahami pentingnya skrining kadar kolesterol dalam darah khususnya yang menderita diabetes mellitus.

Hasil pengabdian kepada masyarakat ini merupakan data awal untuk penelitian dosen pemula dengan tema “ Hubungan Diabetes Melitus dengan Kadar Koleseterol Dalam Darah, Ukuran lingkaran Perut, Tinggi Badan, Berat Badan dan Menophouse.

2. METODE PELAKSANAAN

Untuk mendapatkan data dan gambaran maka dilakukan survey pada masyarakat RT 01 dan 07 RW 02 yang kemudian dilanjutkan dengan dilakukan pemeriksaan kolesterol terhadap warga yang bersedia.

Jika ada tabel atau gambar maka dapat ditulis seperti contoh dibawah dan Serta berikan masing masing penjelasannya.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemeriksaan kadar kolesterol dalam darah untuk mencegah komplikasi diabetes melitus dilakukan di dua RT yaitu RT 01 dan RT 07. Data hasil survey dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 3.1 Data Survey Kepala Keluarga

Nama RT	Jenis Kelamin	Jumlah KK	%
RT 01	Pria	56	39%
	Wanita	9	6%
RT 07	Pria	70	49%
	Wanita	7	5%
Total		142	100%

Berdasarkan survey Total KK yang ada di RT 01 dan RT 07 yaitu 142 KK. RT 01 meliputi Kepala Keluarga yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 56 KK dan berjenis kelamin wanita sebanyak 9 KK. Sedangkan pada RT 07 jumlah Kepala keluarga yang berjenis kelamin

laki – laki sebanyak 70 KK dan yang berjenis kelamin wanita sebanyak 7 KK.

Tabel 3.2 Jumlah Anggota Keluarga berdasarkan Usia

UMUR	P	%	W	%
0 - 5	29	13%	28	11%
6 - 10	11	5%	32	13%
11 - 17	29	13%	26	10%
18 - 50	124	56%	123	50%
> 50	29	13%	39	16%
Total	222	100%	248	100%

Pada tabel diatas dapat dilihat bahwa jumlah anggota keluarga terbanyak pada rentang usia 18 – 50 tahun dengan rincian Pria sebanyak 124 orang dengan persentase 56 % dan wanita sebanyak 123 orang dengan persentase 50 %.

Tabel 3.3 Hasil Pemeriksaan Kadar Gula Darah Sewaktu (BSS) dan Kolesterol

No.	Inisial	kadar BSS	Kadar kolesterol
1	Z	149	236
2	D	124	151
3	R	86	205
4	Y	112	190
5	S	386	113
6	N	88	135
7	S M	98	239
8	S T	107	113
9	S	106	241
10	N	117	355
11	A K	69	136
12	Z	119	141
13	S	150	194
14	A	112	154
15	S	210	110
16	R	94	201
17	R	405	189
18	L	103	330

19	C	157	134
20	N	212	306
21	S A	95	250
22	S	107	124
23	R	96	186
24	F	135	241
25	M S	153	159
26	S P	89	101
27	N	105	178
28	M	104	146
29	E	112	304
30	T	92	200
31	R	112	235
32	P	105	123

Tabel diatas meunjukkan hasil pemeriksaan kadar gula darah sewaktu (BSS) dan kadar kolesterol dalam darah pada warga RT 01 dan RT 07 yang hadir pada saat pemeriksaan.

Kolestrol adalah lemak yang terdapat di dalam aliran darah atau sel tubuh yang sebenarnya dibutuhkan untuk pembentukan dinding sel dan sebagai bahan baku beberapa hormone. Kadar Kolestrol yang normal harus di bawah 200 mg/dl. Apabila di atas 240 mg/dl, maka berisiko tinggi terkena penyakit seperti serangan jantung atau stroke. Kadar kolesterol darah yang tinggi, dapat memberi akibat yang serius terhadap kesehatan individu seseorang dengan Kadar kolesterol darah diatas 200 mg/dl memiliki resiko tinggi mengalami gangguan kesehatan.

Pemeriksaan kadar kolesterol dalam darah dilaksanakan di kantor Kelurahan Sukarami pada tanggal 11 Februari 2017. Berdasarkan hasil pendataan dan survey kepada warga tidak semua warga mau dilakukan pemeriksaan terhadap kadar kolesterol. Jumlah warga yang bersedia dilakukan pemeriksaan sebanyak 124 orang, namun dari 124 orang tersebut hanya 40 orang yang dapat hadir pada saat dilakukan pemeriksaan. Warga yang tidak bisa hadir

dikarenakan ada keperluan pribadi maupun pekerjaan pada masing-masing pribadi. Sehingga Diperoleh 40 orang yang dilakukan pemeriksaan kadar kolesterol dalam darah. Dari 40 orang yang dilakukan pemeriksaan ada 14 orang dengan kadar kolesterol diatas 200 mg/dl, maka orang ini bisa didiagnosa dengan hiperglikemia, namun tidak selalu orang yang kadar kolesterolnya diatas 200 mg/dl terdiagnosa hiperglikemia, bisa saja orang tersebut beberapa jam sebelum dilakukan pemeriksaan mengkonsumsi makanan yang mengandung kolesterol tinggi sehingga kadar kolesterol dalam darahnya menjadi tinggi. Seharusnya jika ingin mengetahui kadar kolesterol yang sesungguhnya dalam darah, sebelum dilakukan pemeriksaan harus puasa selama 10 – 12 jam sebelum dilakukan pemeriksaan. Namun pada pemeriksaan ini bisa digunakan sebagai deteksi dini untuk pemeriksaan kadar kolesterol dalam darah, sehingga seseorang bisa menjaga pola makan sehari hari.

Dokumentasi



Gambar 3.1 Pelaksanaan Survey



Gambar. 3.2 Pelaksanaan Kegiatan

4. SIMPULAN

Pemeriksaan kadar kolesterol dalam darah pada kegiatan PKM ini ingin mencegah komplikasi pada pasien DM, namun setelah dilakukan pemeriksaan terhadap kadar kolesterol dalam darah diperoleh hasil bahwa tingginya kadar kolesterol tidak semuanya dipengaruhi dengan tingginya kadar glukosa dalam darah. Jadi kesimpulannya tidak ada hubungan kadar kolesterol tinggi terhadap pasien

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Tim PKM juga menyampaikan terima kasih kepada:

- Rektor Universitas Katolik Musi Charitas Palembang
- Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Katolik Musi Charitas Palembang
- Pimpinan Lembaga Pengabdian pada Masyarakat (LPPM) Universitas Katolik Musi Charitas
- Ketua Program Studi D IV Analisis Kesehatan Universitas Katolik Musi Charitas Palembang
- Kepala Kelurahan Sukarami Palembang
- Ketua RT 01 dan RT 07 Palembang
- Semua pihak yang telah membantu pelaksanaan kegiatan PKM ini, yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

6. REFERENSI

- Betteng, Ricardho, Damayanti Pangemanan & Nelly Mayulu (2014). Analisis Faktor Resiko Penyebab Terjadinya Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Wanita Usia Produktif Dipuskesmas Wawonasa, Jurnal e-Biomedik (eBM), Volume 2, Nomor 2, Juli 2014: 404 – 412.
- Elon, Yunus & Jacqueline Polancos (2015). Manfaat Jeruk Nipis (*Citrus Urantifolia*) Dan Olahraga Untuk Menurunkan Kolesterol Total Klien Dewasa, Jurnal Skolastik Keperawatan Vol.1, No. 1 Jan – Jun 2015, 148 – 155.
- Jelantik, IGusti Made Geria & Hj. Erna Haryati (2014). Hubungan Faktor Risiko Umur, Jenis Kelamin, Kegemukan Dan Hipertensi

- Dengan Kejadian Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Wilayah Kerja Puskesmas Mataram, ISSN No. 1978-3787 Volume 8, No. 1, Februari 2014 : 39 – 44.
- Malik, Mega Amaliah, Yanti M. Mewo & Stefana H.M Kaligis (2013). Gambaran Kadar Kolesterol Total Darah Pada Mahasiswa Angkatan 2011 Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Dengan Indeks Massa Tubuh 18,5-22,9 Kg/m². Jurnal e-Biomedik (eBM), Volume 1, Nomor 2, Juli 2013, hlm. 1008-1013.
- Salma (2009). apa arti hasil tes kolesterol anda?, <http://majalahkesehatan.com/arti-hasil-tes-kolesterol-darah-anda/> Diakses pada 27 januari 2017.
- Soetiarto, Farida, Roselinda, Suhardi, (2010). Hubungan Diabetes Mellitus Dengan Obesitas Berdasarkan Indeks Massa Tubuh Dan Lingkar Pinggang Data Riskesdas 2007, Bul. Peneliti. Kesehatan, Vol. 38, No. 1,2010: 36 – 42.
- Sukeksi, Andri & Herlisa Anggraini (2010). Kadar Kolesterol Darah Pada Penderita Obesita Di Kelurahan Korpri Sambiroto Semarang. Prosiding Seminar Nasional UNIMUS 2010, ISBN 978.979.704.883.9 : 26 – 29.
- Yanita, Bella & Evi Kurniawaty (2016). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe II, Majority Volume 5 Nomor 2 April 2016 : 27 – 31.
- Zahtamal, Fifia Chandra, Suyanto & Tuti Restuastuti (2007). Faktor-Faktor Risiko Pasien Diabetes Melitus. Berita Kedokteran Masyarakat, Vol. 23, No. 3, September 2007 : 142 – 147.