



Screening Degeneratif Disease Di Era Pandemi COVID-19

Marwiati¹, Ari Setyawati², M. Fahrurrozi³

^{1,2,3} Ilmu Keperawatan, Universitas Sains Al Qur'an

Korespondensi

Marwiati

Ilmu Keperawatan, Universitas Sains Al Qur'an

Jl Raya Hasyim Asyari KM 03 Mojotengah

Email: marwiati@unsiq.ac.id

Kata Kunci :

Degenerative Disease, pandemik, screening,

Keywords :

Degenerative disease, screening, pandemic

Abstrak. Penyakit degenerative adalah penyakit yang muncul karena adanya kemunduran fungsi sel tubuh dari fungsi normalnya. Beberapa penyakit degenerative yang muncul merupakan komorbid dari pandemik yang sedang terjadi sekarang. Screening kesehatan dilakukan sebagai salah satu cara untuk mendeteksi adanya penyakit degenerative sehingga bisa segera dicegah dan melakukan perbaikan gaya hidup sehingga tidak menimbulkan keparahan dari infeksi pada masa pandemik. Beberapa hasil yang didapatkan adalah adanya peningkatan tekanan darah, peningkatan kadar asam urat dalam darah, peningkatan kadar glukosa darah sewaktu dan peningkatan kolesterol dalam darah. Edukasi dan perubahan gaya hidup diharapkan mampu mencegah dan menanggulangi penyakit degenerative sehingga tidak menjadi komorbid dalam pandemik ini..

Abstract. Degenerative diseases are diseases that arise due to a decline in the function of body cells from their normal functions. Several degenerative diseases that appear are comorbid from the current pandemic. Health screening is carried out as a way to detect the presence of degenerative diseases so that they can be immediately prevented and make lifestyle improvements so that they do not cause the severity of infection during a pandemic. Some of the results obtained are an increase in blood pressure, an increase in uric acid levels in the blood, an increase in blood glucose levels and an increase in cholesterol in the blood. Education and lifestyle changes are expected to be able to prevent and overcome degenerative diseases so that they do not become comorbid in this pandemic.

Pendahuluan

Degeneratif Disease adalah kelompok penyakit yang disebabkan karena adanya kemunduran serta penurunan fungsi sel pada organ-organ dalam tubuh^{1,2}. Degeneratif Disease ini muncul seiring dengan gaya dan pola hidup yang buruk, kurang beraktifitas, kurang memperhatikan makro dan mikro nutrient pada pola makan serta kurangnya pengetahuan dalam mencegah penyakit.

Seiring dengan pertambahan usia maka fungsi sel dalam tubuh kita juga akan semakin menurun³. Penyakit degenerative saat ini

menduduki peringkat tertinggi dari 10 besar penyakit yang ada. Pola hidup yang salah, stress dan kurangnya informasi seakan melengkapi seluruh rangkaian sehingga sering kita mendengar anak muda sudah terkena Diabetes Melitus, Hipertensi dan Hiperlipidemia.

Diabetes Melitus, Hiperlipidemia dan Hipertensi sekarang ini menjadi suatu hal yang lazim di alami masyarakat yang berusia 40 tahun keatas^{4,6}. Banyaknya kasus yang ada mencerminkan bahwa degenerative disease ini sudah memburai bersama masyarakat. Masa pandemik menyebabkan ketakutan tersendiri

karena penyakit degenerative merupakan komorbid dari COVID-19. Ada beberapa hal yang bisa dilakukan untuk meminimalkan dan mencegah terjadinya *Degeneratif Disease* ini, strategi pencegahan lebih diutamakan daripada penanggulangan penyakit yang pasti membutuhkan banyak waktu, tenaga dan biaya yang tentu tidak sedikit. Bentuk upaya pencegahan yang bisa dilakukan adalah dengan cara melakukan deteksi dini status Kesehatan secara aktif sehingga bisa mencegah terjadinya *degenerative disease* ini.

Berdasarkan uraian perkembangan kasus diatas terkait pentingnya deteksi dini degenerative disease serta pemeriksaan Kesehatan untuk mencegah dan menanggulangi degenerative disease di masyarakat.

Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan melalui kegiatan deteksi dini dan membentuk pola pemahaman masyarakat terkait Degeneratif Disease Komorbid COVID-19 adalah melakukan pemeriksaan Kesehatan Gratis dan melakukan deteksi dini Degeneratif Disease pada masyarakat di Desa Kalibeber Kec Mojotengah.

Metode

Metode dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah screening Kesehatan atau deteksi dini yaitu pemeriksaan Kesehatan gratis dan Deteksi Dini Degeneratif Disease (Cek Laboratorium Sederhana Asam Urat, Glukosa darah dan Kolesterol darah) yang merupakan komorbid COVID-19 di masyarakat.

Hasil Dan Pembahasan

Degeneratif Disease adalah penyakit tidak menular yang saat ini meningkat dikarenakan pola dan gaya hidup yang salah. Degeneratif juga merupakan komorbid dari COVID-19 yang saat ini masih menjadi pandemik di Indonesia dan Dunia. Untuk itu perlu dilakukan deteksi dini Degenerative Disease factor komorbid COVID-19 yang tepat untuk masyarakat agar masyarakat mampu menerapkan gaya dan pola hidup yang sehat selama masa pandemik.

Kegiatan pengabdian masyarakat pemeriksaan Kesehatan gratis serta deteksi dini Degeneratif Disease komorbid COVID-19 merupakan salah satu komponen penting yang dapat membantu keluarga dan masyarakat dalam

membentuk gaya dan pola hidup sehat serta melakukan kegiatan pencegahan Degeneratif Disease di masyarakat. Pelaksanaan kegiatan pengabdian dimulai pada hari Kamis, 08 April 2021 dari jam 09.00 WIB s.d 12.00 WIB. Kegiatan dilaksanakan di Gd Serbaguna Klinik Nurrusyifa dengan jumlah peserta 47 orang.

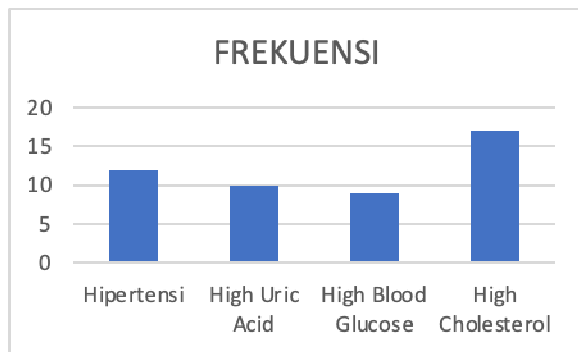


Gambar 1. Pemeriksaan Kesehatan



Gambar 2. Cek Laboratorium Sederhana

Kegiatan pengabdian masyarakat pemeriksaan Kesehatan gratis serta deteksi dini Degeneratif Disease komorbid COVID-19 merupakan salah satu komponen penting yang dapat membantu keluarga dan masyarakat dalam membentuk gaya dan pola hidup sehat serta melakukan kegiatan pencegahan Degeneratif Disease di masyarakat.



Gambar 3. *Distribusi Frekuensi hasil screening*

Penyakit degenerative dapat dicegah dengan cara mengurangi dan meminimalkan factor-faktor resiko penyebabnya. Penyakit ini tidak terlepas dari masalah perilaku, gaya hidup dan konsumsi makanan penderitanya. Gaya hidup di era sekarang memungkinkan orang lebih mudah dalam melakukan segala sesuatu sehingga minimal dalam beraktifitas serta tuntutan pola hidup yang tinggi akan menyebabkan individu mudah stress sehingga mudah sekali terjadi peningkatan tekanan darah.

Penyakit degenerative adalah jenis penyakit tidak menular seperti penyakit jantung, diabetes melitus, obesitas, kardiovaskuler, osteoporosis, stroke dan penyakit lainnya. Dalam istilah medis degenerative adalah penyakit yang muncul karena kemunduran fungsi sel tubuh dari fungsi normalnya. Salah satu upaya pencegahan adalah dengan menciptakan kesadaran masyarakat (*Community awareness*) yang diharapkan bisa menciptakan perilaku kesehatan masyarakat yang baik (*Community health behaviour*).

Hasil dari *screening* yaitu :

1. Hipertensi

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan diastolic lebih dari 90 mmHg⁷. Kejadian hipertensi ini erat kaitannya dengan obesitas, gaya hidup yang kurang sehat dan kurangnya aktifitas fisik⁸. Hipertensi akan menyebabkan penderitanya mengalami penyakit seumur hidupnya karena akan menyebabkan penderita tergantung dengan pengobatan bila tidak merubah gaya hidupnya. Hipertensi ini mempunyai komplikasi yang mematikan meliputi serangan jantung, stroke dan gagal jantung.

2. High Uric Acid

Asam urat adalah produk dari metabolisme pemecahan purin. Sisa produk ini akan diekskresikan tubuh melalui urine dan feses⁹. Namun terkadang asam urat akan menumpuk didalam darah dan menyebabkan penumpukan di sendi hal ini lah yang menyebabkan individu dengan kadar asam urat yang tinggi mengeluh pegal dan nyeri pada area persendian. Beberapa cara yang mudah dilakukan untuk menanggulangi masalah ini dengan cara melakukan aktifitas fisik dan mengurangi makanan olahan dari kedelai ataupun jeroan serta daging merah. Asam urat yang tinggi dalam darah bisa menyebabkan gout dan adanya batu ginjal.

3. High Blood Glucose

Pada kondisi orang normal system pencernaan akan memecah makanan menjadi glukosa. Darah akan mengangkut glukosa ke seluruh tubuh dan akan menjadikannya energi dengan bantuan hormone insulin⁸⁻¹⁰. Peningkatan kadar glukosa darah sewaktu ini juga dianggap ada masalah pada system hormonal penderitanya yang erat kaitannya dengan penyakit degenerative Diabetes Mellitus. Penyebab paling sering terjadinya Diabetes Mellitus di masyarakat adalah gaya hidup terhadap konsumsi makanan tinggi energi, lemak dan rendah serat berkontribusi besar terhadap kejadian Diabetes Mellitus. Diabetes Mellitus mempunyai komplikasi yaitu ketoasidosis diabetes, hipoglikemia dan gagal ginjal.

4. High Cholesterol

Hiperkolesterolemia adalah suatu keadaan dimana kadar kolesterol dalam tubuh melebihi nilai normal¹¹. Hiperkolesterolemia dapat terjadi karena adanya factor keturunan, konsumsi makanan tinggi lemak, kurang olahraga dan kebiasaan merokok. Bila kadar kolesterol darah > 200 mg/dl meningkatkan resiko terjadinya penyakit jantung dan pembuluh darah. Hiperkolesterolemia dapat meningkatkan resiko aterosklerosis, penyakit jantung coroner dan pankreatitis dan Diabetes Mellitus.

Dengan mengetahui dan melakukan deteksi dini terhadap degenerative yang mungkin muncul pada individu diharapkan individu dapat melakukan pencegahan dan

memperbaiki gaya hidup sehingga dalam masa pandemik hal ini yang memperberat

infeksi COVID-19 dapat dicegah dan ditanggulangi dengan baik.

Simpulan Dan Saran

Kegiatan pengabdian masyarakat pemeriksaan Kesehatan gratis serta deteksi dini Degeneratif Disease komorbid COVID-19 merupakan salah satu komponen penting yang dapat membantu keluarga dan masyarakat dalam membentuk gaya dan pola hidup sehat serta melakukan kegiatan pencegahan Degeneratif Disease di masyarakat.

Daftar Rujukan

1. Abdel-Daim Mm, El-Tawil Os, Bungau Sg, Atanasov Ag. Applications Of Antioxidants In Metabolic Disorders And Degenerative Diseases: Mechanistic Approach. *Oxid Med Cell Longev*. 2019 Jul 29;2019:E4179676.
2. Beaney T, Burrell Lm, Castillo Rr, Charchar Fj, Cro S, Damasceno A, Et Al. May Measurement Month 2018: A Pragmatic Global Screening Campaign To Raise Awareness Of Blood Pressure By The International Society Of Hypertension. *Eur Heart J*. 2019 Jul 1;40(25):2006–17.
3. Bucholz Emily M., Rodday Angie Mae, Kolor Katherine, Khoury Muin J., De Ferranti Sarah D. Prevalence And Predictors Of Cholesterol Screening, Awareness, And Statin Treatment Among Us Adults With Familial Hypercholesterolemia Or Other Forms Of Severe Dyslipidemia (1999–2014). *Circulation*. 2018 May 22;137(21):2218–30.
4. Young Wf Jr, Calhoun Da, Lenders Jwm, Stowasser M, Textor Sc. Screening For Endocrine Hypertension: An Endocrine Society Scientific Statement. *Endocr Rev*. 2017 Apr 1;38(2):103–22.
5. Vujosevic S, Aldington Sj, Silva P, Hernández C, Scanlon P, Peto T, Et Al. Screening For Diabetic Retinopathy: New Perspectives And Challenges. *Lancet Diabetes Endocrinol*. 2020 Apr 1;8(4):337–47.
6. Jaffe Gilad, Gray Zachary, Krishnan Gomathi, Stedman Margaret, Zheng Yuanchao, Han Jialin, Et Al. Screening Rates For Primary Aldosteronism In Resistant Hypertension. *Hypertension*. 2020 Mar 1;75(3):650–9.
7. Adam Aga, Nelwan Je, Wariki Wmv. Kejadian Hipertensi Dan Riwayat Keluarga Menderita Hipertensi Di Puskesmas Paceda Kota Bitung. *Kesmas* [Internet]. 2019 Feb 15 [Cited 2021 Jun 10];7(5). Available From: <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/22131>
8. Suiroaka Ip. 9 Penyakit Degeneratif Dari Perspektif Preventif (Menenal, Mencegah Dan Mengurangi Faktor Resiko 9 Penyakit Degeneratif) [Internet]. Vol. 1. Nuha Medika; 2012 [Cited 2021 Jun 10]. 124 P. Available From: <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/3290/>
9. Afni R, Triana A. Deteksi Dini Penyakit Degeneratif Pada Lansia Dengan Pemeriksaan Tekanan Darah, Glukosa Darah Dan Asam Urat. *Pros Hang Tuah Pekanbaru*. 2019;6–9.
10. Wirotomo Ts. Studi Deskriptif Kadar Kolesterol, Gula Darah Dan Asam Urat Berdasarkan Usia Di Desa Bojong Kabupaten Pekalongan. *J Ilm Kesehat* [Internet]. 2019 Oct 9 [Cited 2021 Jun 10];12(2). Available From: <https://jurnal.umpp.ac.id/index.php/jik/article/view/175>
11. Yani M. Mengendalikan Kadar Kolesterol Pada Hiperkolesterolemia. *Jorpres J Olahraga Prestasi* [Internet]. 2015 [Cited 2021 Jun 10];11(2). Available From: <https://journal.uny.ac.id/index.php/jorpres/article/view/5749>