

PEMANTAUAN KADAR GULA DARAH PADA LANSIA

Nurhidayati¹ Rina Agustina²

^{1,2}Dosen Diploma III Kebidanan Universitas Almuslim

ABSTRAK

Pemantauan adalah suatu proses alami yang tidak dapat dihindari, berjalan secara terus-menerus, dan berkesinambungan. Selanjutnya akan menyebabkan perubahan anatomis, fisiologis, dan biokimia pada tubuh sehingga akan mempengaruhi fungsi dan kemampuan tubuh secara keseluruhan. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan populasi para lansia dengan jumlah sampel 58 lansia yang berumur >60 tahun. Hasil penelitian Pemantauan Kadar Gula Darah Pada Lansia di Desa Meunasah Blang Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen berada pada kategori tinggi (44,83%), sedang (24,14%), rendah (18,96%) dan normal (12,07%). Pemantauan kadar gula darah pada lansia berada pada kategori tinggi. Diharapkan kepada responden yang ada di Desa Meunasah Blang, untuk lebih meningkatkan kesadarannya untuk memeriksakan kadar gula darah, sehingga kondisi kesehatan lansia yang lebih baik.

Kata Kunci: Lansia dan Gula Darah

PENDAHULUAN

Indonesia pada tahun 2008 telah memiliki jumlah penderita penyakit *Diabetes Mellitus* (DM) diperkirakan berkisar 17 juta orang atau 8,6% dari 220 juta populasi negeri ini berdasarkan data Badan Kesehatan Dunia (WHO), tetapi baru 50% yang sadar mengidapnya dan diantara mereka baru sekitar 30% yang datang berobat secara teratur. Tingginya jumlah penderita tersebut, antara lain disebabkan karena perubahan gaya hidup masyarakat. Bukan itu saja, kesadaran untuk menjaga kesehatan, mengatur pola makan dan minimnya aktivitas fisik juga bisa menjadi faktor penyebab.

Peningkatan jumlah lansia terjadi akibat dari meningkatnya umur harapan hidup manusia yang merupakan dampak positif dari keberhasilan pembangunan nasional, khususnya di bidang kesehatan. Jumlah penduduk lansia di Indonesia pada tahun 2007 sebesar 2,1 juta, usia harapan hidup 66,2 tahun. Pada tahun 2010 diperkirakan sebesar 23,9 juta (9,77%), dari jumlah tersebut maka jumlah lansia yang tinggal di perkotaan sebesar 9,58% dan yang tinggal di perdesaan sebesar 9,97%.

Menurut data profil Dinkes Aceh (2012), jumlah lansia di aceh sebanyak

135.639 lansia dan yang di layani kesehatan sebanyak 62.773 lansia. Jumlah data lansia yang diperoleh dari Dinkes Bireuen sebanyak 38.086 lansia, Di Panti Sosial, data tahun 2012 sampai sekarang terdapat 46 lansia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat survei deskriptif, yaitu suatu cara penelitian deskriptif yang dilakukan terhadap sekumpulan objek yang biasanya cukup banyak dalam jangka waktu tertentu. Pada umumnya survei bertujuan untuk membuat suatu penilaian terhadap suatu kondisi dan penyelenggaraan suatu program dimasa sekarang, kemudian hasilnya digunakan untuk menyusun perencanaan program tersebut.

Penelitian ini dilakukan di Desa Meunasah Blang Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan subjek penelitian yang ingin diteliti. Populasi yang akan di ambil adalah semua lansia yang ada di Desa Meunasah Blang Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen. Jumlah lansia yaitu 134 orang. Terdiri dari 76 orang lansia

Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik pengambilan *sampling jenuh* / total sampel yaitu teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi

digunakan sebagai sampel. Peneliti hanya mengambil seluruh lansia yang berumur > 60 tahun. Adapun kriteria adalah kriteria dimana subjek penelitian dapat mewakili dalam sampel penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel yaitu kriteria *inklusi* dalam penelitian ini adalah: Semua lansia yang berada di Desa Meunasah Blang Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen, sehat jasmani dan rohani, lansia yang bersedia menjadi responden.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Glucometer, Test strip, Lanset, Kapas DTT, Kapas Kering, Tisu, Nerbeken*. Kategori yang digunakan dalam penelitian ini yaitu: rendah <110 mg/dl, normal 110-144 mg/dl, sedang 145-179 mg/dl, tinggi >180 mg/dl. Pada penelitian ini telah di uji kelayakan alat pada 5 orang lansia, sehingga alat tersebut layak untuk digunakan. Analisa secara deskriptif dengan menghitung persentase dari setiap variable dengan menggunakan rumus distribusi frekuensi yaitu:

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P : presentase

f : frekuensi

N : jumlah responden yang menjadi sampel

HASIL DAN PEMBAHASAN

Desa Meunasah Blang merupakan sebuah desa yang berada di Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen. Luas wilayah desa ini yaitu 183 Ha, yang terbagi kedalam 3 dusun. Jumlah penduduk 1874 jiwa dengan jumlah penduduk laki-laki yaitu 901 jiwa dan perempuan 973 jiwa, jumlah KK sekitar 513. Adapun batas wilayah Desa Meunasah Blang Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen.

Berdasarkan pengumpulan data primer yang dilakukan oleh penelitian di Desa Meunasah Blang Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen, pada tanggal 21 Oktober sampai dengan 23 Oktober 2013, maka dapat diperoleh hasil sebagai berikut:

1. Karakteristik responden

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Desa Meunasah Blang Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen Tahun 2013

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase (%)
1.	Laki-Laki	21	36,21
2.	Perempuan	37	63,79
Jumlah		58	100

Sumber: Data Primer Tahun 2013

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 37 responden (63,79%).

Tabel 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur di Desa Meunasah Blang Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen Tahun 2013

No	Umur	Jumlah	Persentase (%)
1.	60-69 Tahun	34	58,62
2.	70-79 Tahun	16	27,59
3.	>80 Tahun	8	13,79
Jumlah		58	100

Sumber: Data Primer Tahun 2013

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa mayoritas responden berumur 60-69 tahun yaitu sebanyak 34 responden (58,62%).

Tabel 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Komplikasi Penyakit Lain di Desa Meunasah Blang Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen Tahun 2013

No	Komplikasi Penyakit lain	Jumlah	Persentase (%)
1.	Ada	25	43,10
2.	Tidak ada	33	56,90
Jumlah		58	100

Sumber: Data Primer Tahun 2013

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa mayoritas

responden tidak mengalami komplikasi penyakit yaitu sebanyak 33 responden (56,90%).

2. Pemantauan Kadar Gula Darah

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Pemantauan Kadar Gula Darah di Desa Meunasah Blang Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen Tahun 2013

No	Pemantauan	Jumlah	Persentase (%)
1.	Rendah	11	18,96
2.	Normal	7	12,07
3.	Sedang	14	24,14
4.	Tinggi	26	44,83
	Jumlah	58	100

Sumber: Data Primer Tahun 2013

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa mayoritas responden mengalami kadar gula darah tinggi yaitu sebanyak 26 responden (44,83%).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti di Desa Meunasah Blang Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen, tentang "Pemantauan Kadar Gula Darah Pada Lansia di Desa Meunasah Blang Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen" yang telah dilakukan pada tanggal 21 Oktober sampai dengan 23 Oktober 2013, maka dapat diperoleh hasil yaitu: jumlah responden yang mengalami kadar gula darah tinggi adalah sebanyak 26 responden (44,83%), responden yang mengalami kadar gula darah sedang adalah sebanyak 14 responden (24,14%), dan responden yang mengalami kadar gula darah rendah adalah sebanyak 11 responden (18,96%) sedangkan responden yang mengalami kadar gula darah normal hanya berkisar 7 responden (12,07%).

Di Indonesia pada tahun 2008 jumlah penderita penyakit *Diabetes Mellitus* (DM) diperkirakan terdapat 17 juta orang atau 8,6 % dari 220 juta populasi negeri ini berdasarkan data Badan Kesehatan Dunia (WHO), tetapi baru 50 % yang sadar mengidapnya dan diantara mereka baru

sekitar 30 % yang datang berobat secara teratur.

Sedangkan menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Qurraatuaeni di Rumah Sakit Umum Pusat Fatmawati pada tahun 2009 menunjukkan bahwa dari 75 orang yang terkena *diabetes mellitus*, hanya 54 (72,0%) orang yang kadar gula darahnya terkontrol, sedangkan 21 (28,0%) orang yang kadar gula darahnya tidak terkontrol.

Ini menunjukkan bahwas banyak yang tidak menyadari dirinya mengidap penyakit yang sering disebut penyakit gula atau kencing manis. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya tingkat pengetahuan, tingkat pendidikan, perilaku, kebiasaan makan, kedekatan dan keterpaparan terhadap sumber informasi. Salah satu yang terpenting bagi penderita *diabetes mellitus* adalah pengendalian kadar gula darah, untuk itu perlu memahami mengenai hal-hal yang mempengaruhi pengendalian kadar gula darah.

Konsentrasi gula darah, atau tingkat *glukosa* serum, diatur dengan ketat di dalam tubuh. Peningkatan konsentrasi kadar *glukosa* darah dalam sirkulasi mengakibatkan peningkatan *sekresi insulin* dan penurunan *glucagon*. Sebaliknya penurunan *glukosa* darah mengakibatkan penurunan *sekresi insulin* dan peningkatan *glukosa*. Karena *glukosa* yang dialirkan melalui darah adalah sumber utama energi untuk sel-sel tubuh.

Umumnya tingkat gula darah bertahan pada batas-batas yang sempit sepanjang hari: 4-8 mmol/l (70-150 mg/dl). Tingkat ini meningkat setelah makan dan biasanya berada pada level terendah pada pagi hari, sebelum orang makan.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti di Desa Meunasah Blang Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen menunjukkan bahwa pemantauan kadar gula darah pada lansia berada dalam kategori tinggi yaitu 26 responden (44,83%).

Diharapkan kepada masyarakat yang ada di Desa Meunasah Blang, untuk lebih meningkatkan kesadarannya dalam memeriksakan kadar gula darah, sehingga terciptanya kesehatan yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Moelyono, S, (2006), Populasi Usia Lanjut. Jakarta: Gudang Pustaka.
- SDKI (2007). Jumlah Lansia. [konline] **Error! Hyperlink reference not valid.** 21 Agustus 2013.
- Dinkes Aceh. (2012) Profil Kesehatan Propinsi Aceh tahun 2011, Banda Aceh Dinkes Aceh.
- Notoatmodjo_ (2007), Metodologi Penelitian Survei. Jakarta : Rineka Cipta.
- Mahfoedz .(2009), Metodologi Penelitian (bidang kesehatan, keperawatan, Kebidanan, kedokteran). Jakarta : Fitramaya.
- Budiarto, (2002), Metodologi Penelitian Kedokteran. Jakarta: EGC.
- Sukardji, (2002), Penatalaksanaan Gizi Pada Diabetes Mellitus. Dalam Penatalaksanaan Diabetes Mellitus Terpadu. Pusat Diabetes dan Lipid RSUPN Dr. Cipto Mangunkusuma. Jakarta: FKIK.
- Iswanto, (2004), Beberapa Faktor Yang Berhubungan Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pasien Rawat Jalan Diabetes Mellitus Tipe-2 Puskesmas Pasar Minggu. Skripsi, Jakarta. FKM UI.