

PEMERIKSAAN KESEHATAN PADA WANITA USIA SUBUR *HEALTH CHECK FOR FEMALE IN FERTILITY AGE*

Rahmah Widyaningrum^{1*}, Maulida Rahmawati Emha¹, Umi Fadia²

^{1,2}Program Studi S1 Keperawatan, STIKes Madani

Email : rahmah.widyaningrum@gmail.com

*Corresponding Author

Abstrak

Pendahuluan: Semakin tua usia seseorang maka fungsi organ tubuh akan semakin menurun. Salah satunya adalah penurunan aktivitas reseptor LDL sehingga mengakibatkan kadar kolesterol total akan tinggi. Terdapat hubungan antara asupan lemak, serat dan status gizi dengan kadar kolesterol pada Wanita Usia Subur (WUS). Dampak tingginya tekanan darah dan kadar kolesterol mengakibatkan gangguan kardiovaskuler seperti stroke dan serangan jantung. Kegiatan edukasi dan pemeriksaan rutin dapat menjadi salah satu alternatif untuk mencegah dampak buruk yang mungkin muncul. **Tujuan:** Meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku WUS terkait kesehatan, khususnya pada tekanan darah, kadar kolesterol, kadar gula darah, dan asam urat. **Metode:** Pengabdian masyarakat dilaksanakan melalui pendekatan metode konseling individu dan dilanjutkan sesi pemeriksaan. Sasaran yang hadir sejumlah 69 WUS yang mayoritas (55%) berasal dari kalurahan Sitimulyo. **Hasil:** Data karakteristik sasaran menunjukkan mayoritas sasaran berasal dari Dusun Karanggayam 19 orang (27,5%). Karakteristik WUS berdasarkan pemeriksaan tekanan darah, kadar kolesterol, asam urat, dan glukosa darah sebagai berikut: hipertensi 11 orang (15,94%), Hiperurisemia 8 orang (11,6%), hiperkolesterolemia 5 orang (7,2%), dan hiperglikemia 1 orang (1,4%). **Simpulan:** Setelah dilaksanakan kegiatan pengabdian Masyarakat, WUS mngetahui kondisi kesehatannya dan meningkat pemahamannya terkait upaya pencegahan.

Kata Kunci: Wanita Usia Subur, Hipertensi, Hiperurisemia, Hiperkolesterolemia

Abstract

Background: Decreased physiological functions with age, including decreased LDL receptor activity, contribute to increased total cholesterol levels. In women of fertile age (WUS), an unhealthy diet and other factors can worsen the condition, increasing the risk of cardiovascular disease. **Objective:** Improve knowledge, attitudes, and behavior of females in their fertility age related to health, especially with regard to blood pressure, cholesterol, blood sugar, and gastrointestinal acid. **Methods:** Community service activities are carried out through an individual counseling approach followed by a medical examination. A total of 69 respondents, the majority of Sitimulyo Kalurahan, are targeted for this activity. **Results:** The results show cases of hypertension, hyperurysmia, hypercholesterolemia, and hyperglycemia in the group. After attending the activity, participants showed an improved understanding of their health condition and preventive efforts. **Conclusion:** This community service has been successful in raising awareness of the importance of health care. Regular medical examinations and individual counseling have proven effective in early detection of cardiovascular disease risk factors and provide appropriate education.

Keywords: pregnant women, cholesterol, hypertension, community service, counseling

PENDAHULUAN

Hipertensi pada Wanita Usia Subur (WUS) usia 19-45 tahun sering terjadi karena perubahan hormon estrogen.

Penyakit hipertensi pada WUS tidak menimbulkan keluhan langsung, namun dapat menimbulkan komplikasi jangka panjang seperti hipertrofi ventrikel kiri,

disfungsi diastolik, gagal jantung, peningkatan kekakuan arteri, diabetes, gagal ginjal kronis, infark miokard, ensefalopati, serta kejang pada kondisi hipertensi dalam kehamilan (Benjamin, 2019).

Menurut (Hakim, 2023) salah satu bentuk pencegahan hipertensi pada WUS adalah dengan menerapkan perilaku CERDIK, yaitu merupakan singkatan dari Cek kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin beraktivitas fisik, Diet yang sehat dan seimbang, Istirahat yang cukup, dan Kelola stres. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa determinan perilaku CERDIK dalam upaya pencegahan hipertensi pada wanita usia subur adalah pengetahuan, sikap, literasi kesehatan, dan motivasi (nilai $p < 0,05$).

يَبْنَى اَدَمَ خُدُوَا زَيْنَتَكُمَّ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوَا
وَاشْرَبُوَا وَلَا تُسْرِفُوَا اِنَّهٗ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِيْنَ

Artinya: “Wahai anak cucu Adam! Pakailah pakaianmu yang bagus pada setiap (memasuki) masjid, makan dan minumlah, tetapi jangan berlebihan. Sungguh, Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan” (Surat Al A’raf ayat 31).

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat oleh (Gavin and Kustriyani, 2022) melalui upaya deteksi dini penyakit degeneratif dan terapi bekam pada Wanita Usia Subur (WUS) didapatkan data bahwa 10 orang (100%) mengalami hiperglikemi, hiperkolesterolemia, dan hipertensi. Sedangkan asam urat tinggi sebanyak 9 orang (90 %). Setelah diberikan edukasi dan tindakan bekam terdapat penurunan hasil laboratorium dan tekanan darah.

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui pendekatan beberapa metode, yakni: konseling, diskusi interaktif, dan pemeriksaan kesehatan gratis. Pendekatan multi media ini diharapkan mampu meningkatkan pola hidup sehat,

baik dari segi makanan maupun aktivitas. Teknis pelaksanaan selama 6 bulan yakni meliputi pengkajian mitra, analisis kebutuhan mitra, pelaksanaan implementasi, dan evaluasi. Tujuan dalam kegiatan ini adalah WUS mampu memahami terkait dengan hipertensi, hiperuremia, hiperkolesterolemia, dan hiperglikemi.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada WUS di Lapangan RA Bunayya, Karangploso, Sitimulyo, Piyungan, Bantul pada tanggal 20 Januari 2023. Tema kegiatan adalah “Pemeriksaan Kesehatan pada Wanita Usia Subur (WUS)”. Adapun rangkaian kegiatan dilaksanakan selama 6 bulan, yakni rentang November – April 2024, diawali dengan pengkajian mitra, analisis kebutuhan mitra, pelaksanaan implementasi, evaluasi, serta penyusunan luaran. Pengkajian mitra berupa wawancara terhadap WUS pada Desember 2024 dan implementasi kegiatan pada Januari 2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data hasil pengabdian masyarakat, maka dapat dijelaskan di dalam tabel berikut:

Tabel 1. Karakteristik WUS berdasarkan tempat tinggal (n=69)

No	Padukuhan	Jumlah (orang)	Prosentase (%)
1.	Kalurahan Sitimulyo		
	a. Karanggayam	19	27,5
	b. Karangploso	4	5,8
	c. Banyakan	4	5,8
	d. Nganyang	4	5,8
	e. Tegalsari	3	4,3
	f. Mojosari	2	2,9
	g. Karanganom	2	2,9
	Total	38	55,0
2.	Kalurahan Lainnya		
	a. Kalasan	3	4,3

b. Bintaran	2	2,9
c. Berbah	2	2,9
Total	7	10,1
3. Lainnya	24	34,7
Total Keseluruhan	69	100

Sumber: Primer (2024)

Berdasarkan tabel 1. Terkait karakteristik sasaran berdasarkan tempat tinggal menunjukkan bahwa mayoritas WUS berasal dari Kalurahan Sitimulyo yakni sejumlah 38 orang (55,0%), dengan mayoritas dari padukuhan Karanggayam 19 orang (27,5%).

Tabel 2. Karakteristik WUS berdasarkan tekanan darah, kadar kolesterol, asam urat, dan glukosa darah (n=69)

No	Padukuhan	Jumlah (orang)	Prosentase (%)
1.	Hipertensi	11	15,94
2.	Hiperurisemia	8	11,6
3.	Hiperkolesterol	5	7,2
4.	Hiperglikemia	1	1,4

Sumber: Primer (2024)

Berdasarkan tabel 2. karakteristik WUS berdasarkan tekanan darah, kadar kolesterol, asam urat, dan glukosa darah didapatkan data bahwa sejumlah 11 orang (15,94%) WUS mengalami hipertensi, dengan tekanan darah di atas 140/90 mmHg. Sedangkan 8 orang (11,6%) mengalami kadar asam urat yang tinggi (>6 mg/dL) dan kadar kolesterol tinggi 5 orang (>200 mg/dL).

Menurut (Lestari et al., 2018) semakin bertambah usia maka fungsi organ tubuh semakin menurun. Terjadi penurunan aktivitas reseptor LDL dalam tubuh dan menyebabkan kadar kolesterol total lebih tinggi, namun kadar kolesterol HDL relatif tidak berubah. Menurut (Kardi and Widarti, 2020) kegiatan senam lansia yang dilaksanakan dengan jumlah 40 lansia. Menunjukkan hasil bahwa sebanyak 55% (22 orang) lansia memiliki kadar kolesterol normal, 35% (14 orang) lansia dengan kadar

kolesterol batas tinggi dan 10% (4 orang) lansia dengan kadar kolesterol tinggi. Sedangkan menurut (Ahnia et al., n.d.) didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara asupan lemak ($p=0,040$), asupan serat ($p=0,042$), dan status gizi ($p=0,027$) dengan kadar kolesterol darah pra lansia dan lansia. Menurut (Dewi, 2019) terdapat 18 orang (72%) yang mengalami hiperurisemia (kadar asam urat tinggi) dari 25 orang wanita usia subur dan lansia yang hipertensi. Terdapat hubungan yang signifikan ($p=0,034$) antara asam urat dengan tekanan darah pada ibu dan lansia di Posyandu Guyup Rukun Penanggulangan, Malang. Hal ini sejalan dengan analisis data pengabdian bahwa 11 orang (15,94%) WUS mengalami hipertensi, dan 8 orang (11,6%) mengalami kadar asam urat yang tinggi (>6 mg/dL).

Berikut hasil pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan.



Gambar 1. Pemeriksaan Tekanan darah, glukosa, asam urat dan kolesterol

Menurut (Fitri et al., 2020) terdapat pengaruh pemberian labu siam terhadap tekanan darah Wanita Usia Subur dengan hipertensi di Klinik Citra. Besarnya penurunan tekanan darah dengan menggunakan labu siam sebesar 6,54 dibanding yang tidak menggunakan labu siam. Menurut penelitian (Styowati et al.,

2023) rata-rata penurunan tekanan darah sistolik sebesar 16,19 mmHg, sedangkan tekanan darah diastolik 18,50 mmHg dengan pemberian nanopartikel daun kelor efektif pada Wanita usia subur dengan hipertensi.

Adapun rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat meliputi: 1) pemeriksaan kesehatan (tekanan darah, kolesterol, asam urat, glukosa), 2) konsultasi satu per satu mengenai hasil pemeriksaan. Kegiatan dilaksanakan pada hari Sabtu, 20 Januari 2024 di Lapangan Utara KB Bunayya ICBB.

Rangkaian pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar, WUS cukup antusias dalam mengikuti kegiatan. Adapun kendala yang dihadapi sebagai berikut: 1) antusiasme WUS yang cukup tinggi, sehingga waktu molor, 2) adanya kendala teknis berupa stik kolesterol dan glukosa yang habis karena permintaan WUS 3 pemeriksaan sekaligus, 3) Hujan yang cukup deras di akhir acara, sehingga air tergenang di lokasi kegiatan.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Data karakteristik sasaran menunjukkan mayoritas sasaran berasal dari Dusun Karanggayam 19 orang (27,5%). Karakteristik WUS berdasarkan pemeriksaan tekanan darah, kadar kolesterol, asam urat, dan glukosa darah sebagai berikut: hipertensi 11 orang (15,94%), Hiperurisemia 8 orang (11,6%), hiperkolesterolemia 5 orang (7,2%), dan hiperglikemia 1 orang (1,4%). Setelah dilaksanakan kegiatan pengabdian Masyarakat, WUS mengetahui kondisi kesehatannya dan meningkat pemahamannya terkait upaya pencegahan. Peran serta kader kesehatan di setiap dusun sangat dibutuhkan dalam keberlanjutan perilaku sehat WUS tersebut.

Saran

Selanjutnya perlu diadakan suatu pelatihan/ edukasi yang lebih komprehensif

terkait hipertensi, hiperkolesterolemia, hiperuremia, dan hiperglikemia. Yakni berupa terapi komplementer untuk menurunkan kadar kolesterol, gula darah, tekanan darah dan asam urat. Terapi dapat berupa: labu siam, ekstrak kelor, jamu racik, bekam, maupun akupresur.

DAFTAR RUJUKAN

Ahnia, S., Ratnasari, D., & Wahyani, A. D. (2022). *Hubungan Asupan Makan, Aktivitas Fisik, dan Status Gizi dengan Kadar Kolesterol Darah Pra Lansia dan Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Losari*. 4(01).

Dewi, N. (2019). Hubungan Kadar Asam Urat dengan Tekanan Darah pada Ibu dan Lansia di Posyandu Guyup Rukun Kelurahan Penanggungan Malang. 4(1).

Gavin, H. P., & Kustriyani, M. (2022). Upaya Deteksi Dini Penyakit Degeneratif dan Pemberian Terapi Belkam pada Wanita Usia Subur (WUS) di Asrama Brimob Pasadena Bambankerep Ngaliyan Semarang. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 790–795. <https://doi.org/10.31004/cdj.v3i2.4652>

Lestari, A., Handini, M. C., & Sinaga, T. R. (2018). Faktor Risiko Kejadian Dislipidemia pada Lansia (Studi Kasus Kontrol Pada Lansia di Poli Lansia RSUD. Bangkinang Kabupaten Kampar Tahun 2016–2017). *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 3(2), 16. <https://doi.org/10.34008/jurhesti.v3i2.35>

Lusiana, N., Widayanti, L. P., Mustika, I., & Andiarna, F. (2019). Korelasi Usia dengan Indeks Massa Tubuh, Tekanan darah Sistol-Diastol, Kadar Glukosa, Kolesterol, dan Asam Urat. *Journal of*

Health Science and Prevention, 3(2), 101–108. <https://doi.org/10.29080/jhsp.v3i2.242>

Trisartiaka, R. C., & Agustina, F. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Kepatuhan Lansia dalam Upaya Pengontrolan Kadar Kolesterol. *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 14(1). <https://doi.org/10.36729/bi.v14i1.816>

Fitri, M.N., Choirunissa, R., Rifiana, A.J., 2020. Pengaruh Konsumsi Labu Siam (Cucurbitaceae) Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Wanita Usia Subur Dengan Hipertensi di Klinik Citra Sehat Kota Bandung Provinsi Jawa Barat. *j. ilm. kesehat.* 12, 169–178. <https://doi.org/10.37012/jik.v12i2.258>

Kardi, I.S., Widarti, R., 2020. Penerapan Senam Lansia untuk Mengontrol Kadar Kolesterol Di Posyandu Marsudi Waras RW 12 Kota Surakarta.

Styowati, A., Sumarni, S., Fatmasari, D., 2023. Nanopartikel Daun Kelor (*Moringa Oleifera* Lamk.) terhadap Perubahan Kadar Kalsium Darah dan Tekanan Darah pada Wanita Usia Subur Hipertensi. *JKS* 6, 1256–1262. <https://doi.org/10.31539/jks.v6i2.542>

6