
**PEMERIKSAAN KOLESTEROL DAN ASAM URAT SEBAGAI UPAYA DETEKSI
DINI GANGGUAN KESEHATAN PADA LANSIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL
ANAK DAN LANJUT USIA SIBORONGBORONG 2026**

***CHOLESTEROL AND URIC ACID SCREENING AS A MEANS OF EARLY
DETECTION OF HEALTH PROBLEMS AMONG THE ELDERLY AT THE
SIBORONGBORONG SOCIAL SERVICES CENTER FOR CHILDREN AND THE
ELDERLY, 2026***

Mery Lestari Simanjuntak¹, Jefry Banjarnahor², Ria Purba³

E-mail : kino.siboro@stikeskb.ac.id

ABSTRAK

Lanjut usia merupakan kelompok yang rentan mengalami berbagai perubahan fisiologis dan peningkatan risiko penyakit tidak menular, termasuk gangguan metabolik yang berkaitan dengan kadar kolesterol dan asam urat. Kurangnya pemantauan kesehatan secara berkala dapat menyebabkan kondisi tersebut tidak diketahui sejak dini. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran kesehatan lansia melalui pemeriksaan kolesterol dan asam urat sebagai upaya deteksi dini gangguan kesehatan di UPT Pelayanan Sosial Anak dan Lanjut Usia Siborong-Borong. Sasaran kegiatan adalah lansia yang berada di lingkungan UPT dengan target sebanyak 30 peserta. Metode kegiatan meliputi koordinasi dan persiapan, registrasi peserta, pengkajian kesehatan sederhana, pemeriksaan tekanan darah, pemeriksaan kadar kolesterol dan asam urat, penyampaian hasil pemeriksaan, edukasi kesehatan, konseling, serta evaluasi. Edukasi diberikan mengenai pola makan sehat, aktivitas fisik sesuai kemampuan, pemeliharaan kesehatan, faktor yang dapat memengaruhi kadar kolesterol dan asam urat, serta pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk mengetahui perubahan pengetahuan peserta serta dokumentasi hasil pemeriksaan. Kegiatan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran lansia dalam menjaga kesehatan, memberikan informasi awal mengenai kondisi kadar kolesterol dan asam urat, serta mendorong peserta untuk melakukan tindak lanjut pemeriksaan pada fasilitas pelayanan kesehatan apabila diperlukan. Kegiatan ini juga diharapkan dapat mendukung pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi dan memperkuat peran dosen D3 Keperawatan dalam kegiatan promotif dan preventif di masyarakat.

Kata kunci: *lansia, kolesterol, asam urat, deteksi dini*

PENDAHULUAN

Lanjut usia merupakan tahap kehidupan yang ditandai dengan terjadinya perubahan secara bertahap pada fungsi fisik, psikologis, sosial, dan metabolisme tubuh. Proses penuaan dapat menyebabkan penurunan kemampuan tubuh dalam mempertahankan keseimbangan fisiologis sehingga lansia memiliki risiko lebih tinggi mengalami berbagai masalah kesehatan. Kondisi tersebut membutuhkan perhatian melalui upaya promotif, preventif, deteksi dini, pengobatan, dan pemantauan kesehatan secara berkelanjutan.

Salah satu kelompok masalah kesehatan yang perlu diperhatikan pada lansia adalah penyakit tidak menular dan gangguan metabolik. Perubahan pola makan, berkurangnya aktivitas fisik, perubahan metabolisme, penggunaan obat tertentu, serta adanya penyakit penyerta dapat memengaruhi kondisi kesehatan lansia. Oleh karena itu, pemeriksaan kesehatan secara berkala menjadi salah satu upaya penting untuk mengetahui kondisi kesehatan dan faktor risiko sedini mungkin.

Kolesterol merupakan salah satu komponen lemak yang memiliki fungsi penting dalam tubuh, tetapi kadar kolesterol yang tidak terkontrol dapat menjadi salah satu faktor risiko terjadinya penyakit kardiovaskular. Peningkatan

kadar kolesterol dalam darah dapat berlangsung tanpa menimbulkan keluhan yang spesifik sehingga seseorang dapat tidak menyadari adanya perubahan kadar kolesterol. Pemeriksaan kadar kolesterol dapat digunakan sebagai bagian dari skrining untuk mengetahui kondisi lipid dan menjadi dasar edukasi mengenai pola hidup sehat serta kebutuhan pemeriksaan lebih lanjut.

Selain kolesterol, kadar asam urat juga perlu diperhatikan pada kelompok lansia. Asam urat merupakan hasil akhir metabolisme purin dalam tubuh. Peningkatan kadar asam urat atau hiperurisemia pada sebagian individu dapat berhubungan dengan terbentuknya kristal monosodium urat yang dapat menimbulkan gangguan pada persendian. Faktor pola makan, kondisi metabolisme, fungsi ginjal, penggunaan obat tertentu, dan kondisi kesehatan lainnya dapat berpengaruh terhadap kadar asam urat. Oleh karena itu, pemeriksaan kadar asam urat dapat menjadi bagian dari pemantauan kesehatan lansia.

Pemantauan kadar kolesterol dan asam urat tidak hanya bertujuan untuk memperoleh angka hasil pemeriksaan, tetapi juga menjadi kesempatan untuk memberikan edukasi kepada lansia mengenai pentingnya menjaga pola makan, melakukan aktivitas fisik sesuai kemampuan, mempertahankan berat badan

yang sehat, memenuhi kebutuhan cairan sesuai kondisi kesehatan, serta melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Hasil skrining perlu dipahami sebagai informasi awal dan bukan sebagai diagnosis. Peserta dengan hasil pemeriksaan yang memerlukan perhatian atau memiliki keluhan dapat diarahkan untuk mendapatkan evaluasi lebih lanjut oleh tenaga kesehatan.

UPT Pelayanan Sosial Anak dan Lanjut Usia Siborong-Borong merupakan salah satu tempat pelayanan sosial yang memberikan pendampingan dan pelayanan kepada kelompok lanjut usia. Lingkungan pelayanan tersebut merupakan tempat yang strategis untuk melaksanakan kegiatan promotif dan preventif karena lansia dapat memperoleh pemeriksaan dan edukasi kesehatan secara langsung. Kegiatan pemeriksaan kesehatan yang disertai edukasi diharapkan dapat membantu lansia mengenali kondisi kesehatan dan meningkatkan kepedulian terhadap pemeliharaan kesehatan.

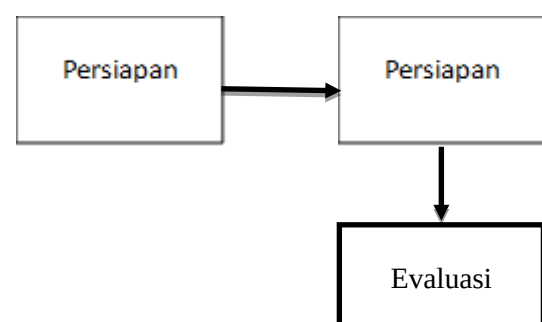
Sebagai institusi pendidikan kesehatan, Program Studi D3 Keperawatan memiliki tanggung jawab dalam melaksanakan Tri Dharma Perguruan Tinggi, salah satunya melalui kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat. Dosen keperawatan memiliki kompetensi dalam melakukan pemeriksaan kesehatan dasar, edukasi kesehatan,

komunikasi terapeutik, serta pemberdayaan masyarakat. Kompetensi tersebut dapat diterapkan melalui kegiatan skrining kesehatan dan edukasi kepada lansia.

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dirancang dalam bentuk pemeriksaan kadar kolesterol dan asam urat yang dilanjutkan dengan penyampaian hasil, edukasi kesehatan, konseling sederhana, serta anjuran tindak lanjut sesuai kebutuhan. Kegiatan tersebut diharapkan tidak hanya memberikan informasi mengenai kondisi kesehatan peserta, tetapi juga meningkatkan pengetahuan dan kesadaran lansia mengenai pentingnya menjaga kesehatan dan melakukan pemeriksaan secara berkala.

Berdasarkan uraian tersebut, diperlukan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dengan judul **“Peningkatan Kesadaran Kesehatan Lansia melalui Pemeriksaan Kolesterol dan Asam Urat sebagai Upaya Deteksi Dini Gangguan Kesehatan di UPT Pelayanan Sosial Anak dan Lanjut Usia Siborong-Borong.”**

METODE



A. Tahap Persiapan

Tahap persiapan dilakukan sebelum hari pelaksanaan kegiatan, meliputi:

1. Melakukan koordinasi dengan pimpinan/pengelola UPT.
2. Menentukan waktu dan tempat pelaksanaan.
3. Menentukan sasaran dan jumlah peserta.
4. Mengurus surat izin kegiatan.
5. Menyusun jadwal kegiatan.
6. Membentuk dan membagi tugas tim.
7. Mempersiapkan alat pemeriksaan.
8. Mempersiapkan bahan pemeriksaan.
9. Mempersiapkan alat pelindung diri.
10. Menyusun materi edukasi.
11. Mempersiapkan leaflet atau media edukasi.
12. Menyiapkan lembar persetujuan peserta.
13. Menyiapkan lembar pengkajian.
14. Menyiapkan lembar pencatatan hasil pemeriksaan.
15. Menyiapkan kuesioner pre-test dan post-test.
16. Melakukan pengecekan kelayakan alat sebelum digunakan.

B. Tahap Pelaksanaan

1. Registrasi Peserta
2. Informed Consent
3. Pengkajian Awal
4. Pre-Test
5. Pemeriksaan Tekanan Darah
6. Pemeriksaan Kolesterol
7. Pemeriksaan Asam Urat

KETERKAITAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dengan judul “Peningkatan Kesadaran Kesehatan Lansia melalui Pemeriksaan Kolesterol dan Asam Urat sebagai Upaya Deteksi Dini Gangguan Kesehatan di UPT Pelayanan Sosial Anak dan Lanjut Usia Siborong-Borong” memiliki keterkaitan yang erat dengan kompetensi dan peran dosen Program Studi D3 Keperawatan.

Dosen berperan sebagai pelaksana kegiatan yang mengimplementasikan ilmu pengetahuan dan keterampilan keperawatan kepada masyarakat, khususnya dalam bidang keperawatan komunitas, keperawatan gerontik, promosi kesehatan, pemeriksaan kesehatan dasar, dan pendidikan kesehatan.

STRUKTUR EVALUASI KEGIATAN

Evaluasi kegiatan PKM dilakukan untuk mengetahui ketercapaian tujuan kegiatan, peningkatan pengetahuan dan kesadaran lansia, serta keberhasilan pelaksanaan pemeriksaan kolesterol dan asam urat. Evaluasi dilakukan pada tahap awal, proses, dan akhir kegiatan.

PELAKSANAAN KEGIATAN

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) dengan judul **“Peningkatan Kesadaran Kesehatan Lansia melalui Pemeriksaan Kolesterol dan Asam Urat sebagai Upaya Deteksi Dini Gangguan Kesehatan di UPT Pelayanan Sosial Anak dan Lanjut Usia Siborong-Borong”** dilaksanakan melalui rangkaian kegiatan pemeriksaan kesehatan, edukasi, konseling, dan evaluasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di UPT Pelayanan Sosial Anak dan Lanjut Usia Siborong-Borong melalui pemeriksaan tekanan darah, kolesterol, dan asam urat, dilanjutkan dengan edukasi kesehatan dan konseling.

Hasil pemeriksaan memberikan gambaran awal kondisi kesehatan lansia. Peserta diberikan penjelasan mengenai

hasil pemeriksaan serta anjuran untuk menjaga pola makan, melakukan aktivitas fisik, dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala.

Kegiatan edukasi dilakukan secara interaktif melalui penyampaian materi, diskusi, dan tanya jawab. Kegiatan ini membantu meningkatkan pemahaman lansia mengenai pentingnya deteksi dini dan pencegahan gangguan kesehatan.

Pelaksanaan kegiatan juga menunjukkan peran dosen keperawatan dalam menerapkan ilmu keperawatan melalui kegiatan promotif dan preventif di masyarakat. Pemeriksaan dan edukasi yang dilakukan diharapkan dapat meningkatkan kesadaran lansia dalam menjaga kesehatan dan melakukan tindak lanjut apabila ditemukan hasil pemeriksaan yang memerlukan perhatian.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui pemeriksaan kolesterol dan asam urat pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Anak dan Lanjut Usia Siborong-Borong dapat terlaksana dengan baik. Kegiatan ini memberikan gambaran awal kondisi kesehatan lansia serta meningkatkan pemahaman tentang pentingnya pola hidup sehat, deteksi dini, dan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Kegiatan ini juga menjadi bentuk penerapan peran dosen keperawatan dalam

kegiatan promotif dan preventif di masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

European Society of Cardiology. (2021). *2021 ESC Guidelines on cardiovascular disease prevention in clinical practice*.

European Heart Journal, 42(34), 3227–3337.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Pedoman Pelayanan Gizi Lanjut Usia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

World Health Organization. (2020). *WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour*. Geneva: World Health Organization.

World Health Organization. (2022). *Physical Activity and Sedentary Behaviour: A Brief to Support Older People*. Geneva: World Health Organization.

World Health Organization. (2024). *Extending Healthy Ageing Across the Life Course*. Geneva: World Health Organization.

World Health Organization. (2025). *WHO Clinical Consortium on Healthy Ageing 2024: Meeting Report*. Geneva: World Health Organization.

Mach, F., Baigent, C., Catapano, A. L., et al. (2020). 2019 ESC/EAS Guidelines for the management of dyslipidaemias: Lipid

modification to reduce cardiovascular risk.

European Heart Journal, 41(1), 111–188.

Visseren, F. L. J., Mach, F., Smulders, Y. M., et al. (2021). 2021 ESC Guidelines on cardiovascular disease prevention in clinical practice. *European Heart Journal*, 42(34), 3227–3337.

DOKUMENTASI

