

**PENCEGAHAN PENYAKIT ASAM URAT SERTA PEMAHAMAN
TENTANG OBAT DAN POLA PERUBAHAN GAYA HIDUP YANG TEPAT
DALAM RANGKA PENCAPAIAN PEDULI KESEHATAN**

**Diana L.,R. ¹Riwan F.B.¹, Ayu R.¹, Robi'atul A.¹, Meyvie .B.K.¹, Dwi H.¹, Sri W.¹,
Silvia.P.P.¹, Dewa G.S.¹, Eni I.N.¹, Helfania E.S.¹**

¹Program Studi Profesi Apoteker, Fakultas Farmasi, Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta

***E-mail: diana.ramatillah@uta45jakarta.ac.id**

ABSTRAK

Asam urat adalah penyakit yang banyak di derita oleh masyarakat, banyak masyarakat yang tidak patuh dalam pengobatan dan menghindari makanan-makanan yang menjadi penyebab asam urat. Tujuan penyuluhan ini adalah untuk mengedukasi masyarakat agar bisa menggunakan pengobatan yang tepat terkait asam urat. Penyuluhan ini dilakukan langsung di puskesmas Sunter Agung 1 dengan peserta 27. Dari penyuluhan ini didapatkan jumlah peserta perempuan 21 orang, dan laki-laki 6 orang, golongan pertama mulai dari umur 18 tahun-44 tahun, golongan kedua 45-64 tahun dan golongan ketiga <65 tahun. Dari penyuluhan ini di dapatkan 85 % dari nilai post test. Dapat disimpulkan bahwa data-data masyarakat sudah memahami tentang asam urat serta pengobatan yang diketahui dari hasil posttest.

Kata Kunci: Asam Urat, Penyuluhan, Posttest

ABSTRACT

Gout is a disease that many people suffer from, many people do not comply with treatment and avoid foods that cause gout. The aim of this outreach is to educate the public so they can use appropriate treatment for gout. This counseling was carried out directly at the Sunter Agung 1 Community Health Center with 27 participants. From this counseling, it was found that the number of female participants was 21 people, and 6 male participants, the first group ranging from 18 years to 44 years old, the second group 45-64 years old and the third group <65 years. From this counseling, 85% of the post test score was obtained. It can be concluded that the data shows that the public already understands gout and its treatment, which is known from the posttest results.

Keywords: Uric Acid, Counseling, Posttest

PENDAHULUAN

Meningkatnya taraf hidup masyarakat terutama di negara maju dan kota-kota besar dapat membawa perubahan pola hidup mereka. Perubahan pola hidup dapat mempengaruhi status kesehatan individu dan membawa perubahan pola penyakit, terutama penyakit yang berhubungan dengan gaya hidup. Kondisi tersebut mengubah pola penyakit yang pada awalnya hanya didominasi oleh penyakit infeksi, namun sekarang bergeser pada penyakit degeneratif dan metabolik yang meningkat

(Tumenggung, 2015).

Asam urat adalah penyakit dari sisa metabolisme zat purin yang berasal dari sisa makanan yang kita konsumsi. Asam urat merupakan senyawa yang ada karena adanya hasil metabolisme purin dalam tubuh. Asam urat merupakan substansi akhir dari hasil metabolisme purin dalam tubuh. Beberapa jenis makanan yang bersumber dari hewani dan memiliki kandungan tinggi akan purin diantaranya, Jeroan (hati, limpa, babat), ternak (daging sapi, daging kuda dan daging kambing), olahan (kornet, sarden, keju

dendeng,dll), unggas (daging bebek, kalkun dan juga angsa), seafood (kepiting, udang, sarden,kerang, dll). Peningkatan kadar asam urat dapat mengakibatkan gangguan pada tubuh manusia seperti perasaan linu-linu di daerah persendian dan sering disertai timbulnya rasa nyeri yang teramat sangat bagi penderitannya. Penyakit ini sering disebut penyakit gout atau lebih dikenal dengan penyakit asam urat. Faktor diatas dapat meningkatkan kadar asam urat, jika terjadi peningkatan kadar asam urat serta di tandai linu pada sendi, terasa sakit, nyeri, merah dan bengkak keadaan ini dikenal dengan gout. Gout berpotensi menyebabkan infeksi ketika terjadi ruptur tofus, batu ginjal, hipertensi dan penyakit jantung lain (Karuniawati, 2018).

Berdasarkan data WHO dalam Non-Communicable Disease Country Profile (2011) di Indonesia prevalensi penyakit asam urat pada usia 55-64 tahun berkisar 45%, dan usia 65-74 tahun 51,9%, serta usia >75 tahun 54,8%, Prevalensi penyakit asam urat di Indonesia mengalami peningkatan. Prevalensi penyakit asam urat berdasarkan diagnosa tenaga kesehatan di Indonesia 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala 24,7% jika dilihat dari karakteristik umur, prevalensi tinggi pada umur ≥ 75 (54,8%). Penderita wanita juga lebih banyak (8,46%) dibandingkan dengan pria (6,13%) (Risksdas, 2018). Berdasarkan hasil Riskesdas (2018) pravelensi penyakit sendi pada umur > 15 tahun menurut provinsi khususnya di DKI Jakarta sebesar 21,8%. Pravelensi penyakit sendi di Jakarta Selatan menempati urutan kedua yaitu sebesar 24,1% setelah Jakarta Utara sebesar 24,7% (Riskesdas 2018).

Meningkatnya prevalensi asam urat telah meningkatkan pengobatannya dari waktu ke waktu, sehingga memberikan hasil kesehatan yang lebih baik. Namun, akses terhadap pengobatan pada penyakit ini

terdapat kesenjangan yang besar yang mampu menimbulkan penyakit asam urat. Keadaan ini menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan masyarakat terhadap pencegahan dini serta pengobatannya. Pengetahuan masyarakat tentang penyakit asam urat yang minim, dapat memengaruhi sikap dan perilaku kesehatan, termasuk dalam penatalaksanaan arthritis gout. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan yang baik, aktivitas, dan pola hidup sehat dapat menurunkan faktor resiko munculnya penyakit asam urat (Riskesdas, 2013).

METODE

Tempat dan Waktu

Penyuluhan ini dilakukan pada hari Jum'at, 17 Mei 2024 pukul 09.00–12.00 di Puskesmas Sunter Agung 1.

Khalayak Sasaran

Sasaran utama penyuluhan ini adalah masyarakat umum, terutama orang dewasa dan lansia yang berusia lebih dari 30 tahun berkunjung ke puskesmas kel. Sunter agung 1.

Metode Pengabdian

Metode pengabdian ini dilakukan dalam bentuk penyuluhan dengan mengadakan pre-test dan post-test serta menyampaikan materi dan memberikan edukasi kepada masyarakat yang berkunjung ke puskesmas Sunter Agung 1.

Indikator Keberhasilan

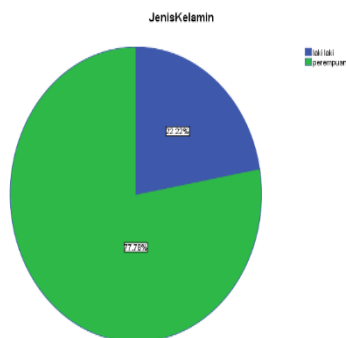
Indikator keberhasilan dilihat berdasarkan kuantitas dengan parameter jumlah peserta, dan kualitas yang dilihat dari kemampuan peserta memahami materi dengan parameter nilai *posttest* peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan dilakukan di Puskesmas Sunter Agung 1 berdasarkan survei dan analisa yang dilakukan oleh mahasiswa apoteker Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta dan alasan dilakukannya penyuluhan karena

berdasarkan hasil survei yang menunjukkan minimnya tingkat pengetahuan masyarakat tentang penyakit asam urat serta bahaya dari penyakit tersebut jika dibiarkan begitu saja, langkah awal yang dilakukan yaitu memberikan pengetahuan dan melakukan tes pengetahuan dengan cara memberikan soal pretest dan posttest tentang penyakit asam urat. Menurut penelitian yang dilakukan Efendy 2016, pemberian pretest dan posttest terhadap seseorang menyimpulkan bahwa pemberian pretest dan posttest setelah materi memberikan pengetahuan lebih tinggi sehingga mendapatkan nilai posttest yang lebih besar daripada pretest (Efendy, 2016)

Berdasarkan hasil analisis kuantitatif yang dilakukan mendapatkan beberapa data terkait persentase jumlah jenis kelamin, umur, dan tingkat pengetahuan dari peserta penyuluhan penyakit asam urat yang dilakukan di puskesmas sunter agung 1

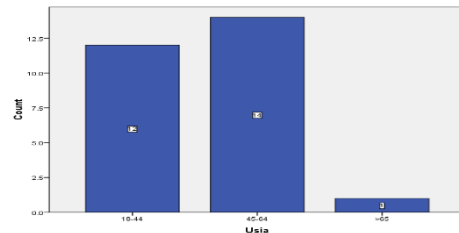


Gambar 1. Menunjukkan hasil persentase jenis kelamin dari peserta penyuluhan

Terlihat dari diagram diatas menunjukkan bahwa lebih banyak peserta penyuluhan yang berjenis kelamin perempuan dari pada laki-laki dimana memiliki persentase perempuan (77,78%) dan laki - laki (22,22%).

Berdasarkan penelitian National Library tahun 2002 dalam prevelensi tersebut asam urat pada pria lebih sedikit daripada wanita. Pria (2,93/1.000) dan

wanita (16,4/1.000).



Gambar 2. Menunjukkan hasil persentase umur dari peserta penyuluhan

Hasil dari diagram diatas menunjukkan bahwa lebih banyak peserta penyuluhan yang berumur 45-64 tahun yang terkena penyakit asam urat (gambar 2). Berdasarkan diagram diatas pasien berumur 18-44 tahun memiliki persentase sebesar (12%), umur 45-64 tahun memiliki persentase sebanyak (14%), dan 65 tahun memiliki persentase (1%). Sejalan dengan penelitian (De Zauza AW 2005) prevelansi masing-masing dari per1.000 pada pria dan wanita umur kurang dar 35 tahun (0,96%), dari umur 45-54 tahun (23,42%), umur 55-64 tahun (35,48%) dan umur 65-75 tahun (14,31%). Berdasarkan angka persentase diatas terdapat kesamaan antara penelitian dan penyuluhan dimana umur dari 45-64 tahun itu memiliki persentase terbesar terkena penyakit asam urat.

Hasil dari analisis menggunakan paired sample statistik menunjukkan sebagai berikut :

no	jenis	mean	std	p.val ue
1	Pre - test	71,11	18,647	<0,0 01
2	Post – test	90,37	10,184	
		-19,259	16,155	

Tabel 1. Menunjukkan hasil sample tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan

Kesimpulan yang didapat dari hasil analisis

menggunakan metode SPSS paired sample statistik yaitu : Nilai Sig = < 0,001. Dasar pengambilan Keputusan : Jika sig > 0,05 maka H₀ di terima maka H₁ ditolak, sedangkan pada hasil analisis menunjukkan H₀ di tolak yang menandakan H₁ yang diterima, dimana H₁ menunjukkan ada perbedaan Tingkat pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah di berikan penyuluhan, Sehingga di peroleh hasil = ada perbedaan Tingkat pengetahuan Masyarakat sebelum dan sesudah di berikan penyuluhan. Sejalan dengan penelitian Nurul Huda 2014 menyatakan bahwa setelah memberikan materi responden maka pengetahuannya semakin baik pula, didukung dengan teori Notoatmojo 2010 yang menyatakan usia berpengaruh terhadap cepatnya dalam menangkap informasi dan pengetahuan yang diperolehnya

Penyuluhan tentang asam urat dilakukan dengan tujuan untuk menambah pengetahuan tentang asam urat pada masyarakat di puskesmas sunter agung 1 sebagai upaya pencegahan peningkatan kasus penyakit asam urat di masyarakat dan kesadaran masyarakat akan penyakit asam urat ini yang dimana penyuluhan ini dilakukan setelah melihat prevalensi data tentang penyakit asam urat yang lumayan tinggi, diamana berdasarkan hasil Riskesdas (2018) pravelensi penyakit sendi pada umur > 15 tahun menurut provinsi khususnya di DKI Jakarta sebesar 21,8%. Pravelensi penyakit sendi di Jakarta Selatan menempati urutan kedua yaitu sebesar 24,1% setelah Jakarta Utara sebesar 24,7% (Riskesdas 2018).

Penyuluhan dilakukan dengan memberikan pre-test kepada partisipan dengan tujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat pengetahuan masyarakat tentang penyakit asam urat sebelum dilakukan pemberian materi yang diberikan kepada mahasiswa, diamana seteah meihat hasil pre-test yang diberikan mendapatkan hasil yang cukup memprihatinkan, dikarenakan mayoritas dari partisipan yang ada hanya bisa menjawab kurang dari setengah dari soal yang diberikan, setelah

melakukan pre-test dilanjutkan dengan peberia materi.

Obat pilihan pertama untuk artritis gout akut adalah obat anti inflamasi nonsteroid (NSAID), kortikosteroid, dan colchicine., setelah itu mahasiswa menjelaskan gejala penyakit dan perbedaan dengan penyakit sejenis seperti rheumatoid arthritis dan osteoathritis, selesai pemberian materi dilanjutkan dengan sesi tanya jawab, pada sesi tanya jawab masyarakat terlihat lebih antusias dibuktikan dengan banyaknya masyarakat yang bertanya dimana pertanyaan seperti penanganan asam urat jika tidak ada obat atau belum membeli obat, aturan minum obat yang tepat, makanan apa saja yang dihindari, dan bagaimana jika asam urat dibiarkan.

SIMPULAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan tentang Asam Urat dilakukan dengan baik dan lancar dan diikuti oleh ± 80 peserta. Setiap anggota tim ikut andil dalam kegiatan dan melaksanakan tugasnya masing masing. Kurangnya pengetahuan tentang penyakit asam urat masyarakat di puskesmas sunter agung 1 menjadi langkah awal yang tepat untuk mengadakan penyuluhan tentang asam urat sehingga bisa mengetahui kosling yang perlu diberikan kepada masyarakat. Masyarakat mengikuti kegiatan dengan tertib dan lancar. Masyarakat tampak antusias ketika berdiskusi tanya jawab dan melakukan pre-test, post-test. Masyarakat menyatakan terbantu dan dapat menambah wawasan dengan materi yang sudah diajarkan dan menyatakan mau untuk menjaga pola hidup sehat agar terhindar dari penyakit asam urat.

DAFTAR PUSTAKA

Ariani, Rizka Dwi. 2014. Tingkat Pengetahuan Asam Urat, Kepatuhan, Diet

Jurnal Pandawa : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

Rendah Purin, Skripsi. Stikes Kusuma Husada Surakarta.

American College of Rheumatology. 2004. Criteria for Classification of Idiopathic Osteoarthritis (OA) of The Knee Joint. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 9(2), pp. 19–22. doi: 10.36569/jmm.v9i2.7.

Kabila Hospital of Bone Bolango District', *Health and Nutrition Journal*, I, pp. 1–12.

Karuniawati, B. (2018) 'Hubungan Usia Dengan Kadar Asam Ura Pada Wanita Dewasa', Makassar, *Jurnal Media Analisis Kesehatan*, 8(2), p. 78. doi: 10.32382/mak.v8i2.842.

Khanna D, Fitzgerald JD, Khanna PP, dkk. Pedoman American College of Rheumatology 2012 untuk pengelolaan asam urat Bagian 1: Pendekatan terapeutik nonfarmakologis dan farmakologis yang sistematis terhadap hiperurisemia. *Perawatan Radang Sendi Res.* 2012; 64 :1431–1446.

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018

Tumenggung, I. (2015) 'Relationship Between Eating Patten and Gout.

Nasir, M. (2019) 'Gambaran Asam Urat Pada Lansia Di Wilayah Kampung Selayar Kota.

Notoatmojo, Soekidjo, 2010. *Metode Penelitian Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta.

Notoatmodjo, Soekidjo. (2014). *Metodologi penelitian kesehatan*. Yogyakarta : Rineka Cipta.

Sani, A.T & Winarsih. (2013). Perbedaan Efektifitas Kompres Hangat dan Kompres

Dingin Terhadap Skala Nyeri pada Klien Gout di Wilayah Kerja Puskesmas Batang III Kab Batang. Diakses dari: www.eskripsi.stikesmuhpkj.ac.id. Pada tanggal 27 Maret 2014: Jam 15.05

Tumenggung, I. (2015) 'Relationship Between Eating Pattern and Gout

Effendy. 2016. Pemberian Pre-Test dan Post-Test Terhadap Hasil Belajar Mata Diklat HDW.DEV.100.2.A. Pada Siswa SMKN 2 Lubuk Basung. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Teknik Elektro Vol 1 No 2*, Oktober 2016, 81-88

Jurnal Pandawa : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

Jurnal Pandawa : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

Jurnal Pandawa : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat