



Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Asam Urat Pada Warga RT.02/03 Kelurahan Pondok Labu

Ayuda Nia Agustina^{1*}), Siti Utami Dewi¹, Casman¹, Tjahjanti Kristianingsih¹, Heny Anidhaa¹, Daffa Maulana¹, Fadly Ardiansyah¹

Published online: 19 Desember 2022

ABSTRACT

Elderly who suffer from gout arthritis often experience recurrence, this is due to a relationship with the lack of knowledge and awareness of sufferers regarding gout arthritis, and this disease for the elderly is a major complaint, especially disturbing daily activities. The role of nurses in this case is needed to increase public knowledge. The purpose of this activity is to provide education about gout to the elderly in RT 02/03 Pondok Labu Village. This community service activity is carried out by lecturers with students and in collaboration with cadres. This activity was attended by 18 elderly who live in RT 02/03 Pondok Labu Subdistrict in the form of persuasive educative activities, namely making efforts to influence and convince participants by providing health education. As part of the evaluation phase, the pretest and posttest results showed improvement. It can be said that in general, community service activities by providing education about gout are quite well received. The final result of providing this education went well, the participants were enthusiastic as evidenced by the various questions asked, and the emergence of public awareness regarding permitted and restricted foods for the elderly who have signs of gout symptoms.

Keyword: Uric acid; Education; elderly; Knowledge

Abstrak. Lansia yang menderita penyakit gout arthritis sering mengalami kekambuhan, hal ini disebabkan karena adanya hubungan dengan kurangnya pengetahuan dan kesadaran penderita terkait gout arthritis, dan dari penyakit tersebut bagi lansia menjadi keluhan utama terutama mengganggu aktivitas sehari-hari. Peran perawat dalam hal ini sangat dibutuhkan guna meningkatkan pengetahuan masyarakat. Tujuan kegiatan ini adalah memberikan edukasi tentang asam urat kepada para lansia di RT 02/03 Kelurahan Pondok Labu. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan oleh dosen bersama mahasiswa dan berkolaborasi dengan para kader. Kegiatan ini diikuti oleh 18 lansia yang tinggal di RT 02/03 Kelurahan Pondok Labu dengan bentuk kegiatan persuasive edukatif yaitu melakukan usaha mempengaruhi dan meyakinkan peserta dengan pemberian pendidikan kesehatan. Sebagai bagian tahap evaluasi, hasil pretest dan posttest menunjukkan peningkatan. Dapat dikatakan bahwa secara umum, kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan memberikan edukasi tentang asam urat ini dapat diterima dengan cukup baik. Hasil akhir dari pemberian edukasi ini berjalan dengan baik, peserta antusias yang dibuktikan dengan beragam pertanyaan yang diajukan, dan timbulnya kepedulian masyarakat terkait makanan yang diperbolehkan dan dibatasi bagi lansia yang memiliki tanda gejala asam urat.

Kata kunci: Asam urat; Edukasi; Lansia; Pengetahuan

PENDAHULUAN

Penyakit gout arthritis menjadi masalah utama di dunia kesehatan, karena dibuktikan dari berbagai kasus terdapat banyaknya komplikasi dari penyakit tersebut diantaranya gagal ginjal, batu ginjal dan lain-lain masih cukup tinggi di masyarakat. Dalam dunia medis, penyakit asam

¹ Program Studi Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Fatmawati, Jalan Margasatwa (H. Beden) No.25 Jakarta Selatan, 12450, Indonesia

*) *corresponding author*

Ayuda Nia Agustina

Email: ayudania.agustina@gmail.com

urat disebut dengan penyakit pirai atau gout arthritis (Smart, 2019). Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO, 2017), prevalensi gout arthritis di dunia sebanyak 34,2%. Gout arthritis sering terjadi di negaramaju seperti Amerika. Prevelensi gout di Amerika Serikat mengalami kenaikan dan mempengaruhi penduduk sekitar 8,3 juta (4%) dari orang Amerika. Berdasarkan data Risesdes 2018, prevelensi penyakit sendi di Indonesia yaitu 7,3% dan Indonesia menduduki peringkat kelima setelah gagal ginjal pada penyakit tidak menular (Ferdiani, Yuliana and Estiningtyas, 2021)

Tingginya asam urat dalam darah disebabkan akibat adanya gangguan metabolisme purin bawaan, kelainan pembawa sifat atau gen, kebiasaan pola makan berkadar purin tinggi (seperti: daging, jeroan, kepiting, kerang, keju, kacang tanah, bayam, buncis), dan penyakit seperti leukemia (kanker sel darah putih), kemoterapi, radioterapi. Peningkatan kadar asam urat dalam darah (hiperurisemia) disebabkan oleh peningkatan produksi (*overproduction*), penurunan pengeluaran (*underexcretion*) asam urat melalui ginjal, atau kombinasi keduanya (Beavers *et al.*, 2014).

Dampak yang terjadi jika kadar asam urat dalam tubuh berlebih dapat menimbulkan batu ginjal atau pirai di persendian. Walaupun asam urat tidak mengancam jiwa, namun apabila penyakit ini sudah mulai menyerang, penderitanya akan mengalami siksaan nyeri yang sangat menyakitkan, terjadi pembengkakan, hingga cacat pada persendian tangan dan kaki. Rasa sakit pada pembengkakan tersebut oleh endapan kristal monosodium urat yang menimbulkan rasa nyeri pada daerah tersebut (Sholihah, 2014). Pada sebagian besar orang yang menderita asam urat, biasanya juga mempunyai penyakit lain seperti ginjal, diabetes ataupun hipertensi (Lumunon, Bidjuni and Hamel, 2015).

Penyakit gout sangat memerlukan perhatian karena angka kejadiannya bersangkut paut dengan proses degenerasi terutama pada lansia. Lansia yang menderita penyakit gout arthritis sering mengalami kekambuhan, hal ini disebabkan karena adanya hubungan dengan kurangnya pengetahuan dan kesadaran penderita terkait gout arthritis, dan dari penyakit tersebut bagi lansia menjadi keluhan utama terutama mengganggu aktivitas sehari-hari, bahkan bisa membuat sulit tidur (Adriani *et al.*, 2021).

Peran perawat dalam hal ini sangat dibutuhkan guna meningkatkan pengetahuan masyarakat dengan gout dalam melakukan diet rendah purin melalui kegiatan pendidikan kesehatan dan peningkatan pengetahuan tentang upaya melakukan diet rendah purin serta prinsip hidup yang terbiasa dengan mengkonsumsi makanan rendah purin (Srimawati, Fauzia and Risna, 2022). Pendidikan kesehatan pada hakekatnya adalah membantu agar individu dapat mengambil sikap yang bijaksana terhadap kesehatan dan kualitas hidup mereka, serta yang diharapkan tenaga kesehatan adalah masyarakat memiliki pengetahuan yang cukup serta menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Penyampaian pesan yang dilakukan dalam pendidikan kesehatan atau penyuluhan tidak hanya dilakukan dengan cara *face to face*, namun juga dapat dilakukan dengan menggunakan berbagai media (Simamora and Saragih, 2019).

Berdasarkan latar belakang diatas, maka pentingnya dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai pemberian edukasi kesehatan tentang asam urat terhadap tingkat pengetahuan warga di RT.02/03 Kel. Pondok Labu, Cilandak.

BAHAN DAN METODE

Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan oleh dosen dan mahasiswa keperawatan serta berkolaborasi dengan Puskesmas kelurahan Pondok Labu, para kader RT 02/03 Cilandak-Pondok Labu, maupun fasilitator lainnya. Kegiatan pengabdian masyarakat ini di ikuti oleh 18 lansia yang tinggal di RT 02/03 Pondok Labu. Bentuk kegiatan bersifat persuasif edukatif yaitu melakukan usaha mempengaruhi dan meyakini para peserta dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang asam urat pada lansia, harapannya para lansia tersebut dapat mengubah perilaku sehingga lansia mampu memberdayakan diri dalam mencegah terjadinya asam urat melalui asupan gizi yang dianjurkan

dengan gizi yang perlu dibatasi. Pada tahap awal kegiatan dilakukan *pretest* menggunakan kuesioner untuk mengetahui tingkat pengetahuan para lansia tentang asam urat, selanjutnya diberikan pendidikan kesehatan tentang asam urat yang meliputi: definisi asam urat, nilai normal asam urat, faktor resiko dan faktor penyebab asam urat, tanda dan gejala asam urat, makanan yang dianjurkan dan makanan yang harus dibatasi, kemudian dilakukan *posttest* untuk mengukur efektifitas pemberian informasi. Kuesioner berisi 15 pertanyaan dengan 4 pilihan jawaban (a,b,c,d)

Kegiatan ini dilaksanakan 1 hari, pada hari Sabtu, tanggal 19 November 2022. Analisis data menggunakan Microsoft excel dan SPSS. Adapun tahapan lanjutan sebagai upaya intervensi yang dilakukan pada kegiatan pengabdian masyarakat yaitu 1) Berkoordinasi dengan pihak Puskesmas Kelurahan Pondok Labu dan Ketua RT, 2) pemeriksaan asam urat dan kolesterol secara rutin setiap bulan, 3) membuat media informasi dalam usaha promotif dan preventif, 4) Pemantauan secara periodik untuk mengetahui keberhasilan kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini diikuti oleh 23 lansia, namun hanya 18 peserta yang mengisi lengkap kuesioner, sehingga data yang masuk untuk dianalisis hanya 18 peserta. Seluruh peserta mengisi kuesioner sebanyak 15 pertanyaan. Peserta yang tidak mengisi kuesioner ialah peserta ijin pulang terlebih dahulu dikarenakan ada kegiatan lain yang harus peserta ikuti. Karakteristik peserta PKM rerata berusia 51,28 tahun, dengan usia termuda 42 tahun dan tertua 69 tahun. Peserta mayoritas berjenis kelamin perempuan dengan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga (72,2%). Peserta kebanyakan berpendidikan tamat SMA, yaitu sebanyak 8 orang, disusul 7 orang berpendidikan SMP (lihat tabel 1).

Tabel 3.1 Karakteristik Lansia RT 02/03 Pondok Labu, N=18

Karakteristik	Hasil
Usia (Mean±SD; Min-Max)	51,28±8,689; 42-69
Jenis Kelamin (n; %)	
Laki-laki	3; 16,7
Perempuan	15; 83,3
Pekerjaan (n; %)	
IRT	13; 72,2
Driver	1; 5,6
Karyawan Swasta	3; 16,7
Pensiunan	1; 5,6
Pendidikan (n; %)	
SD	3; 16,7
SMP	6; 33,3
SMA	8; 44,4
PT	1; 5,6

Sumber: Data Primer 2022

Pengetahuan peserta sendiri mengalami kenaikan sebesar 2,88, dimana rerata pengetahuan sebelum edukasi ialah 8,22 dan setelah edukasi naik menjadi 11. Hasil uji t-test sendiri memperlihatkan $p=0,005$, artinya edukasi Kesehatan terkait Kesehatan asam urat signifikan meningkatkan pengetahuan peserta (lihat tabel 2).

Usia peserta pada pengabdian ini memiliki rerata 51,28 tahun, artinya usia peserta ada pada kategori pra lansia. Lansia pada umumnya didefinisikan sebagai seorang individu yang berusia 65 tahun atau lebih. Namun, individu dalam rentang 50-80 tetap dapat dikategorikan sebagai lansia, dimana sebelum 65 dikatakan pra lansia, dan setelah 75 tahun dikatakan lansia lanjut (Sabharwal *et*

al., 2015). Saat individu mencapai usia lansia, tentu mulai mengalami masalah kesehatan, terutama berkaitan dengan penuaan. Salah satunya ialah masalah penyakit gout atau sering disebut asam urat.

Tabel 3.2 Pengetahuan Lansia Terkait Asam Urat, N=18

Pengetahuan	Mean±SD	Min-Max (CI 95%)	p Value
Sebelum Edukasi	8,22±3,001	2-14	
Setelah Edukasi	11±1,749	7-14	
Perbedaan Sebelum dan Setelah Edukasi	2,778±2,579	4,061-1,495	0,001

Sumber: Data primer 2022

Asam urat merupakan sisa metabolik, yaitu kristal purin dalam darah. Kadar normal asam urat pada laki-laki dan perempuan berbeda. Laki-laki ada di angka 3,5 -7,2 mg/dl, sedangkan perempuan ada diangka 2,6 - 6,0 mg/dl (Simamora, 2021). Asam urat atau gout ini bisa juga terjadinya penumpukan monosodium urate monohydrate crystals pada sendi (Rahmawati and Kusnul, 2021). Dengan kata lain penyakit gout arthritis atau yang lebih dikenal dengan nama penyakit asam urat di masyarakat merupakan penyakit akibat kelebihan purin dari sisa makanan yang dikonsumsi, dimana purin ini menumpuk pada pembuluh darah maupun persendian.

Angka kejadian penyakit gout berkaitan erat dengan proses degenerasi, terutama pada lansia yang berlangsung sesuai dengan umur dan waktu. Penyakit ini sering disebut dengan penyakit degenerative. Kekambuhan penyakit ini kerap terjadi pada lansia, karena kurangnya pengetahuan dan kesadaran akan penyakitnya. Sehingga gout ini pada akhirnya mengganggu lansia dalam menjalani aktivitas sehari-hari (Adriani *et al.*, 2021). Hal tersebut sesuai dengan hasil pengabdian masyarakat kali ini, dimana pengetahuan peserta rerata ada diangka 8,22. Artinya peserta hanya mampu menjawab benar sebesar 53,33%. Bahkan nilai terendah peserta hanya mampu menjawab 2 pertanyaan dengan benar, berarti hanya 13,33% saja pengetahuan peserta tentang penyakit asam urat. Berbeda, dimana setelah edukasi kesehatan rata-rata peserta mampu menjawab 11 pertanyaan dengan benar, berarti naik di angka 73,33%. Dengan kata lain edukasi kesehatan terkait asam urat mampu meningkatkan pengetahuan peserta.

Pengabdian masyarakat ini sejalan dengan beberapa penelitian ataupun pengabdian sebelumnya. Pengetahuan peserta terkait asam urat, dari 69 responden, tidak sampai setengahnya yang memiliki pengetahuan baik (45,2%), artinya lebih dari 50% belum memiliki pengetahuan baik mengenai asam urat (Husnaniyah, 2019). Sejalan dengan hasil penelitian lain yang menunjukkan peningkatan nilai rata-rata pengetahuan lansia sebelum diberikan penyuluhan. Pengetahuan sebelumnya sebesar 11,84, kemudian meningkat menjadi 15,72 setelah diberikan penyuluhan. Nilai p 0,000 sehingga disimpulkan ada pengaruh penyuluhan kesehatan diet gout arthritis terhadap tingkat pengetahuan lansia di Desa Karangmojo (Ferdiani, Yuliana and Estiningtyas, 2021). Lebih jauh pengetahuan yang baik ternyata signifikan meningkatkan upaya pencegahan asam urat pada lansia. Penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan lansia dengan upaya pencegahan penyakit asam urat di Desa Wawondula Kecamatan Mori Utara Kabupaten Morowali Utara (p- value = 0,006) (Saiful & Tanonggi, 2020). Hal ini sesuai dengan amanat dan tujuan *universal health coverage*, dimana lansia termasuk kedalam kelompok rentan, sehingga kesehatan menjadi perhatian khusus. Kondisi ini demi mencapai kesejahteraan individu yang telah menjadi program pemerintah dalam menjamin kesehatan rakyatnya (Pradana *et al.*, 2022a)(Pradana *et al.*, 2022b).



Gambar 1. Fasilitator Pengisian Kuesioner



Gambar 2. Penyuluhan Kesehatan Asam Urat



Gambar 3. Proses Tanya Jawab



Gambar 4. Tim PKM bersama dengan Pihak Puskesmas dan RT 02/03 Pondok Labu

KESIMPULAN DAN SARAN

Edukasi kesehatan terkait penyakit asam urat atau gout arthritis mampu meningkatkan pengetahuan lansia ($p=0,001$). Dimana rerata pengetahuan lansia naik sebesar 2,78. Rata-rata pengetahuan naik menjadi 11 pada pengukuran pengetahuan setelah edukasi dibandingkan dengan pengukuran sebelum edukasi (8,22). Pengetahuan yang sudah baik pada lansia ini, tentunya harus terus di follow up terkait penerapan lansia dalam mengimplementasikan pengetahuan dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Ucapan Terima Kasih

Tim PkM mengucapkan terima kasih kepada Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Fatmawati dan seluruh karyawan yang telah mendanai dan mendukung kegiatan ini. Selain itu kami mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Kelurahan Pondok Labu, Bapak RT 02/03 Pondok Labu, Cilandak beserta seluruh kader yang telah memberikan kesempatan untuk kami melakukan pengabdian masyarakat berupa kegiatan pendidikan kesehatan kepada masyarakat.

Conflict of Interests

The authors declared that no potential conflicts of interest with respect to the authorship and publication of this article.

REFERENCES

- Adriani, S. W. *et al.* (2021) ‘Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dan Konsumsi Air Asam Urat’, *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 4(2), pp. 41–49.
- Beavers, K. M. *et al.* (2014) ‘The effects of a long-term physical activity intervention on serum uric acid in older adults at risk for physical disability’, *Journal of Aging and Physical Activity*, 22(1), pp. 25–33. doi: 10.1123/JAPA.2012-0018.
- Ferdiani, F. D. N., Yuliana, N. and Estiningtyas (2021) ‘Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Diet Gout Arthritis terhadap Tingkat Pengetahuan Lansia di Desa Karangmojo’, *Stethoscope*, 2(1), pp. 32–38.
- Husnaniyah, D. (2019) ‘Gambaran Pengetahuan Lansia tentang Diet Asam Urat di Wilayah Kerja Puskesmas Kertasemaya Tahun 2018’, *Jurnal Surya*, 11(02), pp. 24–28. doi: 10.38040/js.v11i02.35.
- Lumunon, O. J., Bidjuni, H. and Hamel, R. (2015) ‘Hubungan Status Gizi Dengan Gout Arthritis Pada Lanjut Usia Di Puskesmas Wawonasa Manado’, *E-journal keperawatan*, 3(3), pp. 1–8.
- Pradana, A. *et al.* (2022) ‘Program Universal Health Coverage (UHC) Di Indonesia’, *Jurnal Endurance*, 7(2), pp. 462–473. doi: <http://doi.org/10.22216/jen.v7i2.1363>.
- Pradana, A. A. *et al.* (2022) *Program Universal Health Coverage (UHC) di Dunia*. Jakarta: TIM.

- Rahmawati, A. and Kusnul, Z. (2021) 'Potensi Kompres Hangat Jahe Merah Sebagai Terapi komplementer Terhadap Pengurangan Nyeri Arthritis', *Jurnal Ilmiah Pamenang - JIP*, 3(1), pp. 7–12.
- Sabharwal, S. *et al.* (2015) 'Heterogeneity of the definition of elderly age in current orthopaedic research', *SpringerPlus*, 4(1), pp. 1–7. doi: 10.1186/s40064-015-1307-x.
- Saiful A. and Tanonggi, S. (2020) 'Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Lansia Dengan Upaya Pencegahan Penyakit Asam Urat Di Desa Wawondula Kecamatan Mori Utara Kabupaten Morowali Utara', *Analisis pendapatan dan tingkat kesejahteraan rumah tangga petani*, 20(1), pp. 32–40.
- Sholihah, F. maratus (2014) 'Diagnosis and treatment of gouty arthritis', *J Majority*, 3(7), pp. 39–45. doi: 10.1080/00325481.1949.11693819.
- Simamora, A. C. R. (2021) 'Hubungan Pengetahuan dan Perilaku Lansia Terhadap Pencegahan Peningkatan Asam Urat di Poskesdes Desa Parulohan Kecamatan Lintongnihuta Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2016', *Jurnal Ilmiah PANNMED*, 11(1), pp. 42–26.
- Simamora, R. H. and Saragih, E. (2019) 'Penyuluhan kesehatan terhadap masyarakat: Perawatan penderita asam urat dengan media audiovisual', *JPPM (Jurnal Pendidikan dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 6(1), pp. 24–31. doi: 10.21831/jppm.v6i1.20719.
- Smart, A. (2019) *Rematik dan asam urat: pengobatan dan terapi sampai sembuh total*. 2nd edn. Yogyakarta: A+Plus Books 2010.
- Srimawati, Fauzia, N. and Risna (2022) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dalam Diet Rendah Purin pada Lansia dengan Arthritis Gout Di Wilayah Kerja Puskesmas Kembang Tajong Kabupaten Pidie', *Jurnal Sains Riset*, 12(2), pp. 430–436.

