
EDUKASI TENTANG PENYAKIT ASAM URAT PADA LANJUT USIA DI DESA CANDISARI KECAMATAN PURWODADISuryani¹, Fitriani² Nurulistywan TP³**ABSTRAK**

Published Online Maret 2021.

Authors

1. Dosen
Universitas An
Nuur
2. Dosen
Universitas An
Nuur
3. Dosen
Universitas An
Nuur

Correspondence to :
Suryani Institusi :
Universitas AnNuur

Latar Belakang : Penyakit asam urat merupakan kondisi yang bisa menyebabkan gejala nyeri yang tak tertahankan, pembengkakan, serta adanya rasa panas di area persendian. Semua sendi di tubuh berisiko terkena asam urat, tetapi sendi yang paling sering terserang adalah jari tangan, lutut, pergelangan kaki, dan jari kaki.

Tujuan : Meningkatkan pemahaman masyarakat tentang penyakit asam urat dan penatalaksanaan dengan terapi non farmakologis.

Metode : Metode yang digunakan dalam pengabdian ini dengan melaksanakan pendidikan Kesehatan tentang asam urat dan cara penatalaksananya.

Hasil : Keberhasilan program pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dapat dilihat dengan tolok ukur sebagai berikut 85% peserta hadir dalam kegiatan penyuluhan, Media dan alat tersedia sesuai dengan perencanaan, Peran dan fungsi masing – masing sesuai dengan yang direncanakan dan masyarakat paham akan asam urat dan penatalaksananya.

Simpulan : terdapat peningkatan pemahaman masyarakat khususnya lansia dalam penatalaksanaan asam urat.

PENDAHULUAN

Asam urat merupakan penyakit yang diakibatkan tingginya kadar purin di dalam darah (Alifiasari, 2011). Asam urat disebabkan adanya penumpukan kristal-kristal yang merupakan hasil akhir dari purine, dimana ginjal tidak mampu mengeluarkan asam urat melalui urin sehingga membentuk kristal yang berada dalam cairan sendi sehingga menyebabkan penyakit asam urat (Nopik, 2013).

Berdasarkan data dari *World Health Organisation* (WHO) pada tahun 2016 dalam <https://cahayanegeriku.org/index.php/jpk>

Jaliana, 2018 prevalensi asam urat di Amerika Serikat sekitar 13,6 kasus per 1000 laki-laki dan 6,4 kasus per 1000 perempuan. Kadar asam urat yang normal menurut WHO pada laki-laki dewasa adalah sekitar 2-7,7 mg/dl, sementara itu pada wanita yang sudah dewasa adalah 2-6,5 mg/dl. Berdasarkan penelitian (Dalimartha, 2010), di Indonesia asam urat menduduki urutan kedua setelah osteoarthritis. Jika dilihat dari karekteristik umur, prevalensi tertinggi pada umur ≥ 75 tahun (54,8%). Penderita wanita juga lebih banyak (27,5%) dibandingkan dengan pria

(21,8%). Prevalensi penderita asam urat yang paling tinggi yaitu di Bali yang mencapai 19,3%. Di Sulawesi Utara juga merupakan salah satu prevalensi tertinggi penderita asam urat yaitu mencapai 10,3% (Hamijoyo, 2014).

Di Jawa Tengah prevalensi penyakit asam urat didapatkan prevalensi asam urat sebesar 24.3% (Nengsi, 2014). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Grobogan tahun 2018 didapatkan hasil angka kejadian asam urat di Puskesmas Purwodadi 1 tergolong tinggi yaitu terdapat 1020 kasus. Salah satu tanda yang dialami oleh penderita asam urat adalah nyeri. Dampak nyeri sendi adalah penurunan kualitas harapan hidup seperti kelelahan yang begitu hebatnya, menurunkan batasan gerak tubuh dan nyeri saat bergerak. Kekakuan bertambah berat pada pagi hari pada saat bangun tidur, nyeri yang hebat pada awal gerakan akan tetapi kekakuan tidak berlangsung lama yaitu kurang lebih seperempat jam. Kekakuan di pagi hari menyebabkan berkurangnya kemampuan gerak dalam melakukan 4 gerak ekstensi, keterbatasan mobilitas fisik dan efek sistemik yang di timbulkan adalah kegagalan organ dan kematian (Price, 2012).

Pada wilayah Puskesmas Purwodadi 1 terdapat 8 progam posyandu lansia yang tersebar di 9 desa, Desa Candisari merupakan

salah satu Desa yang memiliki program posyandu lansia dengan jumlah lansia yang terdaftar sebanyak 111. Aplikasi kompres di Posyandu Lansia merupakan terapi eksternal tanpa ada efek yang merugikan klien. Jahe juga mudah dijumpai didaerah. Prevalensi penderita asam urat yang setiap tahun semakin meningkat di Desa Candisari memerlukan penanganan serius, salah satu teknik terapi yang bisa dilakukan di lingkungan masyarakat yaitu kompres larutan jahe yang mudah diterapkan sehingga tujuan akan tercapai yaitu nyeri sendi akan berkurang dengan cara tradisional untuk mengatasi nyeri sendi pada saat asam urat kambuh dan tidak ketergantungan terhadap obat dari dokter maupun Puskesmas.

METODE PENGABDIAN

Metode pelaksanaan dalam pengabdian ini dapat dilaksanakan sebagai berikut ini:

1. Teknik Penyuluhan

Sebelum dilakukan pengabdian ini dilakukan terlebih dahulu penyuluhan tentang hal apa saja yang akan dilakukan pada saat pengabdian masyarakat ini berlangsung. Meliputi kegiatan apa yang diketahui dalam asam urat dan penatalaksananya. Sehingga dapat dilakukan selama proses pengabdian.

2. Teknik Pelatihan

Dalam pengabdian ini dilakukan dengan cara memberikan pendidikan asam urat dan penatalaksanaan yang diberikan tentang non farmakologis.

3. Lokasi Pengabdian

Pengabdian ini akan di laksanakan di Desa Candisari Kecamatan Purwodadi Kabupaten Grobogan.

HASIL PENGABDIAN

Keberhasilan program pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dapat dilihat dengan tolok ukur sebagai berikut : Evaluasi struktur :85% peserta hadir dalam kegiatan penyuluhan, Media dan alat tersedia sesuai dengan perencanaan, Peran dan fungsi masing – masing sesuai dengan yang direncanakan. Sedangkan dalam evaluasi proses meliputi : Pelaksanaan kegiatan sesuai waktu yang direncanakan, Peserta mengikuti pelaksanaan pemeriksaan dan penyuluhan sampai selesai, Peserta mengikuti proses penyuluhan dengan aktif, Peserta tidak ada yang meninggalkan tempat selama proses penyuluhan, dan Peserta yang hadir aktif. Sedangkan dalam Evaluasi hasil : peserta mendapatkan pemeriksaan dan penyuluhan Kesehatan dan peserta aktif.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa semua sampel penelitian menyatakan

sebelum pemberian kompres larutan jahe dan kompres air hangat responden merasakan nyeri pada bagian tangan, lutut, dan punggung yang berlebihan. Sebelum diberikan perlakuan kompres larutan jahe dan kompres air hangat sebagian besar mengalami nyeri yaitu 8 (nyeri hebat), dan yang paling kecil adalah 3 (nyeri ringan) dengan rata-rata didapatkan hasil skala nyeri 5-6 (nyeri sedang). Nyeri adalah rasa tidak nyaman pada fisik yang diduga disebabkan oleh kerusakan jaringan baik sengaja maupun tidak disengaja (*International Association For The study Of Pain, 2015*).

Menurut Badan Statistik (2016), rata-rata usia lanjut sudah purna tugas dan lebih sering menjalankan aktivitas dalam pekerjaan rumah tangga. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi nyeri antara lain usia, kelemahan, fungsi neurologis, perhatian, pengalaman sebelumnya, faktor spritual, kecemasan, teknik coping dan arti dari nyeri (Potter & Perry, 2005).

Penelitian ini diperkuat oleh Rusnoto (2015), penderita nyeri asam urat berdasarkan skala nyeri sebelum dilakukan kompres hangat memakai jahe terdapat hasil dari seluruh jumlah 30 responden rata-rata mengalami sklanya nyeri 6 (nyeri sedang) dengan skala tertinggi 8 (nyeri berat) dan skala terkecil 3 (nyeri ringan). Pengaruh kompres jahe bisa

mengurangi rasa nyeri pada sendi karena memiliki sifat pedas, pahit, dan aromatik dari olerasin seperti zingerol, gingerol, dan shagaol. Olerasin memiliki potensi anti inflamasi, analgetik, dan antioksidan yang kuat sehingga dapat menghambat sintesis prostaglandin yang dapat mengurangi nyeri atau radang pada sendi.

Jahe sendiri mempunyai kegunaan yang cukup beragam, antara lain sebagai rempah, minyak atsiri, pemberi aroma, ataupun sebagai obat (Bartley & Jacobs, 2012). Jahe dapat mengurangi nyeri dan kekakuan pada satu atau lebih sendi, untuk penanganannya asam urat dosis yang dianjurkan 510-1000 mg/hari serbuk jahe. Pemberian ekstrak jahe 1gr/hari selama 4 minggu lebih efektif dibandingkan dengan placebo dan sama efektifnya dengan ibuprofen dalam meredakan nyeri (Learh & Kumar, 2008). Ketika pemberian terapi diberikan,

REFERENSI

Alifiasari, D., (2011). *Komplikasi asam urat*. <http://e-bookspdf.org>.

Arya, RK & Jain, V. 2013. *Osteoarthritis of the Knee Joint*. Journal Indian Academy of Clinical Medicine. Vol 14. No 2. Page 154-162.

Badan Pusat Statistik. (2016). *Statistik Indonesia 2015*. Jakarta: BPS

Bartley, J. And A. Jacobs. (2012). *Effect of drying on flavour compounds in*

<https://cahayanegeriku.org/index.php/jpk>

responden tampak begitu rileks dan menikmati sensasi hangat pada lokasi nyeri yang dirasakan. Perilaku yang sebelumnya tampak gelisah, sering mengadu kesakitan berubah menjadi tenang, diam tidak banyak mengadu seakan akan mereka sedang berkonsentrasi terhadap sensasi hangat yang dirasakan. Penelitian ini diperkuat oleh Putri, Devi, Noor (2017), didapatkan hasil bahwa pemberian kompres hangat memakai jahe merah dapat meringkankan skala nyeri pada pasien asam urat.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di posyandu lansia desa candisari lansia mengetahui tentang pencegahan dan perawatan asam urat dan mampu melakukan perawatan non farmakologi secara mandiri

australian-gown ginger (zingiber officinale). Journal of the science of food and agriculture. 80: 209-215.

Dalimartha, S. (2010). *Resep Tanaman Obat Untuk Asam Urat*. Jakarta: Penebar Swadaya.

Hamijoyo, L. (2014). *Apakah nyeri sendi saya akibat asam urat? Kenali Gout*. Perhimpunan Reumatologi Indonesia.

Handayani dan Wahyuni. 2012. *Hubungan Dukungan Keluarga dengan*

*kepatuhan lansia dalam mengikuti
Posyandu Lansia di Posyandu
Lansia. Jurnal Kesehatan.*

*The International Association For The Study
Of Pain Definition Of Pain: As Valid
In 2018 As In 1979, But In Need Of*

*Regularly Updated Footnotes.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5902252/>*