

**PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG ASAM URAT PADA MASYARAKAT
DI KAMPUNG NENDALI DISTRIK SENTANI TIMUR KABUPATEN JAYAPURA**

Angela Librianty Thome¹, Nurhidayah Amir^{2*}, Fathia Fakhri Inayati Said³
Rifki Sakinah Nomp⁴, Viertianingsih Patungo⁵, Ricky Riyanto Iksan⁶, Roza
indra Yeni⁷

¹⁻⁵ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jayapura
⁶⁻⁷ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Tarumanagara

Email Korespondensi: nurhidayahamiir07@gmail.com

Disubmit: 12 April 2022

Diterima: 18 April 2022

Diterbitkan: 02 Agustus 2022

DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i8.6553>

ABSTRAK

Kampung Nendali merupakan salah satu Kampung di Distrik Sentani Timur yang masih terdapat keluhan nyeri sendi. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk menjelaskan definisi sampai dengan pencegahan tentang asam urat melalui penyuluhan. Metode yang digunakan berupa penyuluhan Kesehatan yang dilakukan dengan bantuan leaflet serta metode ceramah, tanya jawab serta diskusi. Dari 30 peserta yang hadir pada penyuluhan seperti stakeholder kampung dan masyarakat kampung Nendali, sebelum dilakukan penyuluhan peserta telah mengetahui apa itu asam urat dan jenis makanan apa saja yang dapat menimbulkan hiperurisemia, namun untuk pencegahan serta penanganannya belum tahu cara yang benar. Setelah dilakukan penyuluhan Kesehatan tentang asam urat, peserta secara keseluruhan dapat memahami dengan benar. Peserta tampak antusias mendengarkan dan mengikuti penyuluhan. Kegiatan penyuluhan ini berjalan kondusif disebabkan peserta memperhatikan materi yang disampaikan oleh penyaji dengan baik.

Kata kunci: Asam Urat, Penyuluhan Kesehatan, Masyarakat

ABSTRACT

Nendali Village is one of the villages in the East Sentani District where there are still complaints of joint pain. The purpose of this community services is to explain the definition to prevention of gout through counseling. The method used is in the form of health education which is carried out with the help of leaflets as well as lecture, question and answer and discussion methods. The 30 participants who attended the counselling such as village stakeholders and the Nendali village community, before the counselling the participants knew what uric acid was and what types of food could cause hyperuricemia, but for prevention and handling they did not know the right way. After conducting health education about gout, the participants as a whole could understand correctly. Participant seemed enthusiastic to listen and follow the counselling. This outreach activity was conducive because the participants paid close attention to the education.

Keywords : Uric acid, Health education, Community

1. PENDAHULUAN

Berdasarkan data di Indonesia, penderita gangguan sendi mencapai 81%, yang pergi ke dokter hanya 24% sedangkan yang tidak ke dokter (langsung mengkonsumsi obat analgetik yang dijual di pasaran bebas) sebesar 71%. Angka 81% tersebut merupakan angka yang cukup tinggi di Indonesia dan merupakan ancaman kesehatan tertinggi (Depkes, 2017). Sehingga dalam meningkatkan kesehatan masyarakat yang optimal, perlu dilakukan upaya perawatan kesehatan masyarakat, yang mencakup pendidikan kesehatan konseling, preventif sekunder dan preventif tersier (Efendy & Makhfudli, 2009; Maswarni, 2017). Ketika penyuluhan kesehatan dilakukan dengan cara yang benar, maka akan sangat bermanfaat bagi masyarakat (Shinta et al., 2019).

Berdasarkan upaya perawatan kesehatan tersebut, perlu adanya peningkatan masyarakat melalui pelayanan keperawatan secara langsung terhadap individu, keluarga, dan kelompok komunitas. Permasalahan kesehatan masyarakat, dapat mempengaruhi keluarga, individu dan kelompok. Maka kegiatan pelayanan harus berfokus untuk meningkatkan pengetahuan (Mubarak, 2018). Kampung Nendali merupakan salah satu kampung di Distrik Sentani Timur yang masih terdapat keluhan nyeri sendi. Kampung Nendali telah memiliki program terkait pencegahan asam urat, namun masih ada sebagian kecil masyarakat yang memiliki keluhan asam urat.

Asam urat merupakan hasil akhir dari purin (Simaremare et al., 2018) dan juga merupakan bahan normal yang terdapat dalam darah, yang jika kadarnya tinggi akan menyebabkan hiperurisemia dan akan muncul penyakit asam urat dengan ciri khas inflamasi kronis (Cong et al., 2022; Triyoso et al., 2021). Gout adalah penyakit yang berhubungan dengan hiperurisemia ini (Sinaga et al., 2021). Keadaan seseorang dengan hiperurisemia dapat mengganggu produktivitas kerja sehari-hari (Rahman et al., 2019). Asam urat dapat menyerang siapa saja, tidak memandang usia, jenis kelamin maupun tingkat ekonomi (Tegar, 2021; Simbolon et al., 2019). Asam urat juga tergolong penyakit degeneratif yang tidak memandang suku ataupun wilayah dan bisa saja seseorang tidak menunjukkan gejala (Kurniati, 2019).

2. MASALAH

Berdasarkan hasil studi pengamatan oleh tim pengabdian, Kampung Nendali merupakan salah satu kampung di Distrik Sentani Timur Kabupaten Jayapura. Kampung ini dihuni oleh beberapa kepala keluarga dengan mata pencaharian sebagian besar bekerja. Berdasarkan survei data di Puskesmas Harapan yang merupakan pusat kesehatan Distrik Sentani Timur, terjadi peningkatan keluhan nyeri sendi dan lutut sehingga perlu dilakukan penyuluhan kesehatan tentang asam urat. Hal inilah yang menjadikan dasar agar pengabdian ini harus dilakukan untuk membantu masyarakat Kampung Nendali mengetahui tentang asam urat sampai pada pencegahannya sehingga masyarakat dapat mengontrol asupan makanannya yang rendah purin.

Penyuluhan ini dilakukan pada masa pandemi COVID-19 sehingga dilakukan kegiatan mencuci tangan sebelum kegiatan mulai dan menggunakan masker.



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan Penyuluhan

3. METODE

a. Tahap Persiapan Kegiatan

Pada tahap ini dilakukan studi lapangan pada lokasi yang dijadikan tempat penyuluhan dan dilanjutkan dengan proses perijinan ke kepala kampung Nendali Distrik Sentani Timur Kabupaten Jayapura. Materi dan media yang digunakan berupa leaflet.

b. Tahap Pelaksanaan

Penyuluhan dilakukan pada hari Sabtu, 29 Januari 2022 di Balai Desa Nendali pada 30 masyarakat kampung Nendali Distrik Sentani Timur Kabupaten Jayapura. Metode penerapan kegiatan ini melalui pemberian informasi leaflet serta adanya pre-test dan post-test saat penyuluhan berlangsung. Kegiatan diakhiri dengan pemberian cinderamata berupa masker.

c. Evaluasi

Penyuluhan dimulai pada pukul 14.00 WIT s/d 14.30 WIT, dengan penyampaian materi secara komunikatif dengan Bahasa yang mudah dipahami peserta serta dibantu dengan menggunakan leaflet. Tingginya antusias masyarakat ditunjukkan dengan banyaknya pertanyaan yang diajukan serta menceritakan pengalaman terkait asam urat. Setelah diberikan penyuluhan kesehatan tentang asam urat ini, peserta dapat memahami tentang asam urat dan akan berusaha menghindari makanan yang tinggi purin dengan mengatur pola makan yang sehat serta berharap agar dapat dilakukan kegiatan serupa pada kesempatan berikutnya.

4. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan asam urat ini yang dilakukan yaitu pemberian informasi kepada masyarakat Nendali tentang pengetahuan asam urat dengan media leaflet, melakukan pretest dan posttest. Upaya ini merupakan salah satu pencegahan melalui kegiatan promosi Kesehatan yang tertuang pada Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 71 Tahun 2015 tentang Penanggulangan Penyakit Tidak Menular pada pasal 8 ayat (4) (Menkes RI, 2015). Adapun manfaat dari pemberian penyuluhan ini adalah agar masyarakat dapat mengetahui konsep tentang asam urat serta bagaimana melakukan pencegahan agar tidak terjadi hiperurisemia, khususnya di masa pandemi COVID-19 ini.

Hal ini juga bertujuan untuk meningkatkan derajat Kesehatan masyarakat khususnya masyarakat Kampung Nendali, karena peningkatan derajat Kesehatan masyarakat tidak hanya merupakan tugas dan tanggung jawab pemerintah, namun semua masyarakat serta juga ikut andil dalam hal ini.

Tabel 1. Karakteristik Subjek berdasarkan Usia, Pendidikan dan Pekerjaan

Karakteristik peserta	Pria		Wanita		Total	
	n	%	n	%	N	%
Usia						
< 50 tahun	9	30	20	66,6	29	96,6
> 50 tahun	1	3,33	0	0	1	3,4
Pendidikan						
Tidak sekolah	1	3,33	0	0	1	3,33
SD	3	10	2	6,67	5	16,6
SMP	1	3,33	4	13,3	5	16,6
SMA	4	13,3	6	20	10	33,3
Perguruan Tinggi	5	16,7	4	13,3	9	30,17
Pekerjaan						
Tidak bekerja	1	3,33	3	10	4	13,4
Bekerja	6	20	20	66,7	26	86,6
Total					30	100

Berdasarkan tabel 1 diperoleh bahwa mayoritas masyarakat Kampung Nendali yang mengikuti penyuluhan asam urat berusia dibawah 50 tahun sebanyak 29 orang (96,6%), pendidikan SMA sebagian besar sebanyak 10 orang (33,3%), dan sebagian besar bekerja sebanyak 26 orang (86,6%).

Tabel 2. Hasil Pretest dan Posttest tentang pengetahuan Asam Urat

Tingkat Pengetahuan	Pretest		Posttest	
	f	%	f	%
Baik	9	30	10	33,3
Cukup	7	23,3	17	56,7
Kurang	14	46,7	3	10
Total				
	30	100	30	100

Berdasarkan tabel 2 diatas, diperoleh tingkat pengetahuan peserta saat pretest sebagian besar berada pada kategori kurang yaitu sebanyak 14 orang (46,7%). Setelah diberikan posttest sesudah penyuluhan, tingkat pengetahuan peserta sebagian besar berada pada kategori cukup sebanyak 17 orang (56,7%).

b. Pembahasan

Kegiatan penyuluhan kesehatan tentang asam urat ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 29 Januari 2022 pukul 14.00 Sampai dengan selesai WIT. Penyuluhan dilakukan secara tatap muka dengan memperhatikan protokol kesehatan. Kegiatan ini dimulai dengan pembukaan oleh MC, dilanjutkan dengan pemberian pretest secara lisan tentang pengetahuan asam urat secara umum. Dari semua jawaban peserta, peserta cukup mengenal dengan baik tentang asam urat dan jenis makanan yang mengandung tinggi purin, namun peserta masih belum paham apa penanganan serta pencegahan saat terjadi hiperurisemia. Kemudian penyaji menyampaikan isi materi tentang definisi asam urat, kadar asam urat dalam darah, penyebab asam urat tinggi (hiperurisemia), tanda dan gejala yang ditimbulkan oleh hiperurisemia, jenis makanan yang mengandung tinggi purin, serta pencegahan yang harus dilakukan (Herliawati et al., 2019; Prastyawati et al.; Rahman et al., 2019; Sinaga et al., 2021 ; Susianti et al., 2016)

Pada saat penyaji menjelaskan isi materi, peserta juga dipandu untuk melihat isi leaflet. Kemudian peserta diberikan posttest secara lisan untuk mengetahui sejauh mana pengetahuannya sesudah diberikan materi. Dari hasil posttest yang diperoleh, peserta mulai memahami dan menjelaskan kembali terkait pertanyaan yang diajukan oleh penyaji yang sama pertanyaannya dengan pretest tadi. Masyarakat dapat memahami penanganan serta pencegahan asam urat.

Setelah penyaji selesai menyajikan isi materi, dilanjutkan dengan tanya jawab serta diskusi. Para peserta antusias menanyakan 3 pertanyaan seperti: 1) "Sayur-sayuran disini kebanyakan bayam dan kangkung yang banyak mengandung kadar asam urat. Kami harus bagaimana?", 2) "Saya biasa makan sayur-sayur yang banyak mengandung asam uratnya. Bagaimana saya bisa tahu kika asam urat saya tinggi atau tidak?", 3) "Saya adalah ibu hamil dan saat periksa, saya mendapat anemia, sedangkan orang anemia dianjurkan makan sayur bayam agar anemianya tidak terlalu parah. Apa yang harus saya makan agar darah saya terkontrol baik anemia maupun asam uratnya?".

Peserta juga mengikuti penyuluhan dengan senang hati karena penyuluhan dilaksanakan dengan menyenangkan dan bukan hanya pertanyaan saja yang muncul, namun para peserta menceritakan pengalamannya saat terkena asam urat. Peserta juga antusias pada penyuluhan karena para penyaji menggunakan bahasa yang komunikatif dan mudah dipahami peserta.

Sebagian besar masyarakat berpendidikan SMA 10 orang (33,3%). Hal ini sejalan dengan penelitian (Syarifah, 2018) Pengetahuan seseorang akan berpengaruh dari tingkat pengetahuannya. Selain pengetahuan yang menjadi faktor, komunikasi dari penyaji juga penting guna mencapai pemahaman peserta dalam meningkatkan pengetahuannya tentang asam urat. Terdapat 29 peserta (96,6%) memiliki berusia kurang dari 50 tahun.

Hal ini sejalan dengan seseorang yang semakin bertambahnya usia, sangat rentan ia terkena hiperurisemia (Rosdiana et al., 2018)



Gambar 2. Kegiatan Penyuluhan Kesehatan Asam Urat

5. KESIMPULAN

Asam urat telah diketahui sejak lama namun keluhan akan asam urat ini masih terus ada sehingga dibutuhkanlah penyuluhan kesehatan ini. Pada proses pelaksanaan penyuluhan, peserta terlihat antusias mengikuti materi dari awal hingga akhir. Kegiatan penyuluhan berjalan dengan kondusif karena peserta memperhatikan materi yang disampaikan penyaji dengan baik dan memberikan respon berupa pertanyaan serta menceritakan pengalamannya.

Dimasa pandemi COVID-19 ini, kegiatan penyuluhan kesehatan tentang asam urat sangat perlu dilakukan, dengan bantuan media berupa leaflet yang telah didesain sedemikian rupa agar dapat menarik perhatian peserta. Wujud kegiatan pengabdian ini yaitu agar dapat menurunkan keluhan terkait asam urat khususnya pada masyarakat Kampung Nendali.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Cong, R., Zhang, X., Song, Z., Chen, S., Liu, G., Liu, Y., Pang, X., Dong, F., Xing, W., Wang, Y., & Xu, X. (2022). *Assessing The Causal Effects Of Adipokines On Uric Acid And Gout: A Two-Sample Mendelian Randomization Study*. 1-11.
- Depkes, R. I. (2017). *Profil Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta: Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes Ri*.
- Efendy, F., & Makhfudli. (2009). *Keperawatan Kesehatan Komunitas Teori Dan Praktik Dalam Keperawatan*. Salemba Medika.
- Herliawati, H., Fitri, E. Y., & Mozarta, M. (2019). Uji Beda Kadar Asam Urat Setelah Dilakukan Terapi Komplementer Senam Yoga Dan Rendam Air Jahe Hangat Pada Penderita Gout Di Lubuk Bakung Wilayah Kerja Puskesmas Pakjo Palembang. *Seminar Nasional Keperawatan, 0(2)*, 86-91.
[Http://www.conference.unsri.ac.id/index.php/snk/article/view/1198/595](http://www.conference.unsri.ac.id/index.php/snk/article/view/1198/595)
- Kurniati, I. D. (2019). *Pemeriksaan Kadar Gula Darah, Kolesterol Dan Asam Urat Untuk Masyarakat Desa Kinibalu Barat Kelurahan Jomblang*. 90-94.
- Maswarni. (2017). *Pemeriksaan Kesehatan Medical Cek - Up Sederhana Tekanan Darah Kadar Kolesterol Kadar Gula Darah Dan Asam Urat Pada*. 1(1), 39-41.
- Menkes Ri. (2015). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia*. 1-17.
- Mubarak, W. I. (2018). *Ilmu Keperawatan Komunitas*. Salemba Medika.
- Prastyawati, R., Rampa, E., & Romadhoni, T. (N.D.). *Sosialisasi Pencegahan Penyakit Gout Dan Pemeriksaan Asam Urat Pada Petani Kampung Seafen Empat Dua Kabupaten Keerom*.
- Pribadi, T., Rahma, A., & Yulendasari, R. (2021). Pemberian Akupresur Untuk Menurunkan Nyeri Dan Kadar Asam Urat Pada Klien Asam Urat Di Poncowarno Kecamatan Kalirejo Lampung Tengah. In *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)* (Vol. 4, Issue 3, Pp. 515-519). <https://doi.org/10.33024/jkpm.v4i3.2842>
- Rahman, A. O., Ayu, N. N., & Purwakanthi, A. (2019). Pemeriksaan Kadar Gula Darah Dan Kadar Asam Urat Pada Masyarakat Di Bundaran Tugu Keris Siginjai Jambi Sebagai Skrining Awal Penyakit Diabetes Mellitus Dan Hiperurisemia. *Medic, 1(2)*, 45-48.

- Rosdiana, D. S., Khomsan, A., & Dwiriani, C. M. (2018). Pengetahuan Asam Urat, Asupan Purin Dan Status Gizi Terhadap Kejadian Hiperurisemia Pada Masyarakat Perdesaan. *Media Pendidikan, Gizi, Dan Kuliner*, 7(2), 1-11.
- Shinta, D. Y., Utami, P. R., Marisa, Indrayati, S., & Mayaserly, D. P. (2019). Penyuluhan Kesehatan Dan Pemeriksaan Golongan Darah, Hb, Glukosa Darah, Asam Urat Dan Kholesterol Darah Pada Masyarakat Di Kecamatan Guguak Lima Puluh Kota Dewi. *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis*, 1(1), 19-21.
- Simaremare, E. S., Dirgantara, S., Gunawan, E., Pratiwi, R. D., & Rusnaeni. (2018). Ibm Buku Saku Kecil Tidak: Pencegahan Dini Penyakit Tb, Diabetes, Asam Urat, Dan Kolesterol (Tidak) Pada Masyarakat Yapase Kabupaten Jayapura. *Jurnal Acropora Ilmu Kelautan Dan Perikanan Papua*, 1, 36-41.
- Simbolon, P., Simbolon, N., & Siringo-Ringo, M. (2019). Pendidikan Kesehatan Tentang Asam Urat Pada Masyarakat Tigabinanga Kabupaten Karo, Sumatera Utara. In *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat* (Vol. 2, Pp. 127-132).
- Sinaga, H., Wardani, F. K., Kelibai, Y. S., Novianti, A. G., Sagrim, D. D., Rahmawati, M. A., Pano, P. F., Paranga, S. F., & Umiati, U. (2021). Sosialisasi Kesehatan Dan Pemeriksaan Asam Urat Serta Tekanan Darah Pada Lansia. *Link*, 17(2), 113-117. <https://doi.org/10.31983/Link.V17i2.7617>
- Susianti, S., Kurniawan, B., & ... (2016). Pemeriksaan Kadar Asam Urat Dan Penyuluhan Tentang Penyakit Gout Pada Masyarakat Di Desa Kalisari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan. *Jpm (Jurnal* <http://joke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/jpm/article/view/1149>
- Syarifah, A. (2018). Hubungan Pengetahuan Dan Budaya Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia. In *Jurnal Ilmiah Stikes Kendal* (Vol. 8, Issue 2).
- Tegar, M. (2021). *Penyuluhan Informasi Obat Penyakit Asam Urat*. 3(2), 47-50.
- Triyoso, T., Agustiana, M., & Wahyudi, W. T. (2021). Terapi Akupresure Terhadap Kadar Asam Urat Pada Penderita Asam Urat Di Dusun Muara Jaya Kecamatan Kebun Tebu Lampung Barat. In *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)* (Vol. 4, Issue 6, Pp. 1554-1560). <https://doi.org/10.33024/jkpm.V4i6.2874>