

Edukasi Penyakit Asam Urat di Desa Dawung Wetan Surakarta

Erindyah Retno Wikantyasning^{1*}, Arifah Sri Wahyuni¹, Tri Budi Julianti², Nastity Zhahwa Amalia¹, Devi Dwi Astuti¹

¹Program Studi Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta, Jawa Tengah, Indonesia

²Program Studi Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Kalimantan Timur, Indonesia

Email: erindyah.rw@ums.ac.id

ABSTRAK

Prevalensi penyakit tidak menular, termasuk asam urat, semakin meningkat di Indonesia. Pengabdian kepada masyarakat ini menguraikan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang difokuskan pada penyuluhan penyakit asam urat di Kelurahan Dawung Wetan, Kota Surakarta, Provinsi Jawa Tengah. Penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang penyakit asam urat dan mendorong praktik hidup sehat. Metodologi yang digunakan adalah penyuluhan tentang faktor risiko penyakit asam urat kepada ibu-ibu PKK, dan pencegahan penyakit, dilanjutkan dengan sesi tanya jawab, pemberian *pretest* sebelum penyuluhan, dan *posttest* setelah penyuluhan untuk menilai tingkat pengetahuan masyarakat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 66,7% peserta memiliki pemahaman yang komprehensif tentang asam urat, sedangkan 33,3% menunjukkan pengetahuan yang memadai. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi yang disampaikan memberikan pemahaman ibu-ibu PKK tentang asam urat meningkat terlihat dari jawaban *pretest* dan *posttest* yang diberikan. Meskipun demikian, temuan ini juga memberikan arahan untuk meningkatkan inisiatif edukasi dan pencegahan. Upaya pengabdian masyarakat ini secara efektif meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang asam urat dan mendorong penerapan gaya hidup sehat. untuk mewujudkan masyarakat yang lebih sejahtera dan berkualitas.

Kata Kunci: Edukasi, Asam Urat, Gaya Hidup Sehat, Kesehatan

ABSTRACT

The prevalence of non-communicable diseases, including gout, is rising in Indonesia. This community service outlines the execution of community service initiatives centred on gout education in Dawung Wetan Village, Surakarta City, Central Java Province. This counselling seeks to enhance public comprehension of gout and encourage healthy lifestyle practices. The methodology entails instructing PKK moms on risk factors and disease prevention, succeeded by a question and answer session, the administration of a pretest prior to counselling, and a posttest subsequent to counselling to assess the community's knowledge level. The findings indicated that 66.7% of participants possessed a comprehensive awareness of gout, whilst 33.3% demonstrated adequate knowledge. These findings suggest educational initiatives aimed at enhancing public comprehension of gout.

Nonetheless, these findings also offer direction for enhancing educational and preventive initiatives. This community service effort effectively enhances public knowledge about gout and promotes the adoption of healthy lifestyles to cultivate a more prosperous and quality society.

Keywords: Education, Uric Acid, Healthy Life, Health

PENDAHULUAN

Asam urat adalah produk akhir dari metabolisme purin, yang terdapat dalam berbagai makanan dan juga diproduksi oleh tubuh (Widyastiwi *et al.*, 2022). Kadar normal asam urat dalam darah berkisar antara 3,5-7 mg/dL untuk pria dan 2,6-6 mg/dL untuk wanita. Ketika kadar asam urat melebihi 7 mg/dL pada pria atau 6 mg/dL pada wanita, kondisi ini disebut hiperurisemia (Damayanti *et al.*, 2020). Hiperurisemia dapat disebabkan oleh beberapa faktor, termasuk peningkatan produksi asam urat, penurunan ekskresi oleh ginjal, dan konsumsi makanan tinggi purin seperti daging merah, makanan laut, dan minuman beralkohol (Mahmudah *et al.*, 2023).

Menurut data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), prevalensi penyakit asam urat di seluruh dunia meningkat secara signifikan. Di Indonesia, berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi penyakit sendi termasuk asam urat mencapai 7,3% (Arini *et al.*, 2016). Penyakit ini lebih umum terjadi pada pria dibandingkan wanita dan sering kali muncul pada usia dewasa, terutama antara usia 30 hingga 50 tahun (Umboh *et al.*, 2019).

Penyakit asam urat adalah penyakit medis akibat penumpukan kristal asam urat di dalam tubuh, terutama di persendian dan jaringan di sekitarnya (Jaliana *et al.*, 2018). Hal ini dapat menyebabkan peradangan akut yang disebut serangan asam urat. Faktor risiko yang signifikan untuk kondisi ini mencakup pola makan tinggi purin, obesitas, penggunaan alkohol berlebihan, dan kecenderungan keluarga (Purwanti *et al.*, 2022). Penyakit asam urat sering dikaitkan dengan gangguan metabolisme lainnya, termasuk diabetes dan hipertensi (Li *et al.*, 2019).

Penyakit asam urat dapat dicegah dengan mengidentifikasi faktor risiko seseorang. Faktor risiko penyakit asam urat dikategorikan menjadi dua kelompok yaitu variabel yang tidak dapat diubah (kecenderungan keturunan atau genetik dan usia) dan faktor yang dapat dimodifikasi (penggunaan obat, obesitas, stres, hipertensi, kelelahan, cedera sendi, diabetes, dan usia di atas 40 tahun) (Aihemaitijiang *et al.*, 2020). Banyak orang masih belum menyadari faktor risiko yang terkait dengan penyakit asam urat, sehingga memerlukan pemberian

informasi atau panduan mendasar mengenai kondisi tersebut. Hal ini bertujuan untuk mencegah timbulnya penyakit asam urat dan akibat terkaitnya.

Berdasarkan penjelasan diatas, tujuan dari penyuluhan asam urat ini adalah untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat tentang penyakit asam urat, sehingga memungkinkan individu untuk mencegah dan mengenali timbulnya penyakit asam urat. Kegiatan ini meliputi penyuluhan dan pembagian informasi melalui *leaflet*. Informasi yang disampaikan kepada masyarakat disampaikan dalam bentuk yang ringan mengingat para ibu-ibu telah berusia lanjut agar informasi yang disampaikan dapat diterima dengan baik. Kegiatan ini juga melakukan penilaian *pretest* dan *posttest* untuk mengevaluasi dampak penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan tentang penyakit asam urat.

METODE PELAKSANAAN

Bentuk edukasi pengabdian masyarakat ini mencakup pemberian informasi penjelasan mengenai asam urat, yang mencakup pencegahan dan pengobatan yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Edukasi yang diberikan tersebut dilakukan di kediaman ketua RT di Desa Dawung Wetan pada bulan Juni 2023. Fokus kegiatannya adalah ibu-ibu PKK desa Dawung Wetan. Instrumen yang digunakan dalam kegiatan ini adalah *leaflet* yang digunakan sebagai sumber penyebaran materi edukasi.

Pelaksanaan kegiatan ini terdiri dari beberapa tahap, diawali dengan tahap persiapan yang meliputi pembentukan tim pelaksanaan kegiatan dan penyusunan proposal. Selain itu, tim pelaksana melakukan survei untuk memastikan lokasi, keadaan, dan status mitra di lapangan, mengatur kegiatan yang dilaksanakan, menyiapkan bahan dan peralatan yang digunakan, dan merumuskan strategi pasokan bahan yang tepat. Selain itu, mereka mendapatkan izin dari mitra kegiatan dan bekerja sama dengan RT dan mitra masyarakat mengenai waktu dan lokasi pelaksanaan. Pada tahap pelaksanaan, tim memberikan penyuluhan dengan menyampaikan materi melalui presentasi kepada mitra kegiatan. Alat bantu penyuluhan memanfaatkan media seperti *leaflet* untuk menyampaikan pesan secara efektif kepada masyarakat. Media *leaflet* dipilih karena kepraktisan, portabilitas, dan aksesibilitasnya untuk dibaca kapan saja (Achyadi *et al.*, 2024). Ketersediaan materi semakin ditingkatkan dengan penyebaran *leaflet* mengenai penyakit asam urat. Hal ini untuk memudahkan presentasi tim pelaksana. Penilaian tahap evaluasi dilakukan untuk mengukur tingkat keberhasilan suatu kegiatan yang telah diselesaikan. Hasil evaluasi dapat menjadi masukan untuk tindakan selanjutnya. Pada saat ini, dialog dan pertanyaan dilakukan antara tim pelaksana dan mitra kegiatan. Selanjutnya,

kuesioner pretest dan posttest diberikan untuk menilai peningkatan kesadaran masyarakat mengenai asam urat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian desa ini dilakukan pada bulan Juni 2023 pada masyarakat desa Dawung Wetan, Surakarta dengan di ikuti 15 orang (ibu-ibu PKK) yang disampaikan oleh dosen dan mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta. Dengan memberikan edukasi terkait penyakit asam urat, gejala dan tandanya, makanan yang harus dihindari serta pencegahannya. Dimana materi tersebut dibuat dalam *leaflet* yang telah disiapkan untuk disebarkan kepada peserta. Berikut data yang diperoleh dari kegiatan pengabdian desa ini. Pada Tabel 1 di bawah ini menunjukkan bahwa partisipan yang hadir pada kegiatan pengabdian desa ini mayoritas bekerja sebagai ibu rumah tangga dan rata-rata berumur 40 tahun keatas dengan pendidikan rata-rata partisipan ialah sekolah dasar hingga sekolah menengah umum.

Tabel 1. Karakteristik partisipan berdasarkan usia, pekerjaan dan pendidikan

Karakteristik sasaran		Jumlah (%)
Usia	40-50	8 (53,3)
	51-60	2 (13,3)
	>61	5 (33,3)
Pekerjaan	PNS	0 (0)
	Swasta	2 (13,3)
	Wiraswasta	3 (20)
	Ibu Rumah tangga	10 (66,6)
Pendidikan	SD	2 (13,3)
	SMP	3 (20)
	SMU	10 (66,6)
	S1	0 (0)

Metode yang dilakukan pada pengabdian kali ini ialah penyebaran *pretest* dan *posttest*. *Pretest* dan *posttest* merupakan alat ukur dan tindak lanjut pendidikan, *pretest* dan *posttest* telah valid bahwa dengan *pretest* dan *posttest* mozzarella cheese bars yang digunakan, maka informasi dari *pretest* dan *posttest* menjadi efektif ketika didukung oleh media yang mudah dipahami masyarakat. Bentuk pertanyaan yang diberikan dilihat pada Tabel 2. Partisipasi masyarakat dari kegiatan ini, masyarakat Desa Dawung Wetan berminat terhadap masalah kesehatan, terutama asam urat. Implikasi hasil penelitian kategori ‘sangat baik’ tersebut membuktikan bahwa intervensi pendidikan berhasil baik. Kategori ‘baik’ menunjukkan bahwa

masih perlu pendekatan lebih lanjut dalam mengoreksi pemahaman masyarakat. Program pengabdian ini dapat dijadikan acuan bagi penerapan di komunitas lain yang memiliki pola dan budaya komunikasi serupa.

Hasil tes pada masyarakat Desa Dawung Wetan, Kota Surakarta tersebut adalah pengukuran tingkat pengetahuan atau kesadaran masyarakat terkait penyakit asam urat. Dalam kegiatan ini, masyarakat diberikan *pretest* dan *posttest* yang berisi pertanyaan-pertanyaan atau informasi seputar penyakit asam urat tersebut. Berdasarkan hasil diatas, tingkat pengetahuan atau kesadaran masyarakat Desa Dawung Wetan, Kota Surakarta mengenai penyakit asam urat berkategori baik hingga sangat baik. Tingkat kesadaran masyarakat dengan kategori sangat baik tercapai sebesar 66,7% atau mayoritas responden mengetahui dengan sangat cepat tentang penyakit asam urat (Tabel 3). Termasuk didalamnya mengenai faktor risiko, gejala, cara pencegahan, serta cara pengelolaan penyakit tersebut. Banyak hal yang bisa meningkatkan kadar asam urat. Penyebab utama penyakit ini adalah gaya hidup yang tidak sehat, terutama konsumsi makanan kaya purin yang berlebihan (Febriyanti *et al.*, 2020). Gaya hidup yang buruk seringkali berkontribusi terhadap timbulnya penyakit asam urat pada lansia (Songgigilan *et al.*, 2019). Selain gaya hidup, berbagai variabel berpotensi meningkatkan risiko peningkatan kadar asam urat dan perkembangan penyakit selanjutnya (Dungga, 2022). Sehingga edukasi pemberian informasi ini agar dapat memberikan pemahaman akan pentingnya menjaga pola makan sehari-hari untuk menjaga agar asam urat tetap normal. Analisis tingkat kesadaran ini menggambarkan pentingnya kegiatan pengabdian masyarakat ini yang didukung oleh penyuluhan yang diberikan sesuai dengan kebutuhan masyarakat. Selain itu, mungkin salah satu faktornya adalah adanya pengetahuan dari masyarakat sebelumnya tentang penyakit asam urat tersebut atau mungkin dari pengalaman diri sendiri. Kategori dipahami secara baik sebesar 33,3% rencana perawatan.

Hasil ini dapat diartikan sebagai indikasi positif bahwa upaya penyuluhan atau edukasi yang telah dilakukan kepada masyarakat telah meningkatkan pengetahuan mereka tentang penyakit asam urat dari nilai *pretest* dan *posttest* yang diberikan (Gambar 1). Namun, hasil tes juga dapat digunakan sebagai panduan untuk mengevaluasi efektivitas penyuluhan atau edukasi yang telah dilakukan. Dengan menganalisis hasil secara lebih mendalam, pihak yang bertanggung jawab dapat mengidentifikasi area-area tertentu yang mungkin masih memerlukan perhatian lebih lanjut dalam rangka meningkatkan pemahaman masyarakat tentang penyakit tersebut.

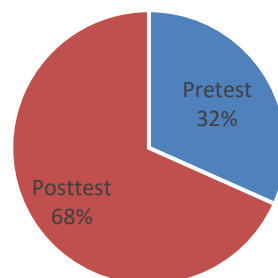
Tabel 2. Daftar pertanyaan *pretest* dan *posttest* dengan hasil jawaban partisipan

No	Pertanyaan	Jawaban Benar (%)	Jawaban Salah (%)
1.	Apa yang ada ketahui tentang asam urat	37.5	62.5
2.	Berapa nilai normal kadar asam urat pada laki-laki	87.5	12.5
3.	Berapa nilai normal kadar asam urat pada perempuan	79.2	20.8
4.	Apa saja tanda dan gejala dari asam urat yang benar	25	75
5.	Bagaimana gejala yang terjadi jika asam urat dalam keadaan tidak normal	37.5	62.5
6.	Apa saja penyebab dari asam urat tinggi	58.3	41.7
7.	Purin adalah hasil metabolisme protein yang dapat membentuk	87.5	12.5
8.	Apa saja makanan yang harus dihindari pada penderita asam urat	83.3	16.7
9.	Hal-hal yang perlu diperhatikan selain diet rendah purin	70.8	29.2
10.	Berapa banyak air mineral yang dikonsumsi pada penderita asam urat	37.5	62.5

Tabel III. Tabel hasil penilaian tes

Hasil Penilaian Tes (%)	
Baik	33,3
Baik Sekali	66,7

Penyakit Asam Urat



Gambar 1. Hasil *pretest* dan *posttest*

Rekomendasi untuk program selanjutnya peningkatan edukasi berkelanjutan dilakukan dengan menyelenggarakan program lanjutan yang berfokus pada aspek spesifik seperti pengelolaan pola makan, aktivitas fisik, dan pengobatan penyakit asam urat. Selain itu dapat menggunakan pendekatan kreatif, seperti penyuluhan berbasis teknologi atau diskusi kelompok

kecil. Pengembangan materi informasi dilakukan dengan menyediakan media edukasi berbentuk poster, *leaflet* (Gambar 2), atau video interaktif untuk memperkuat pemahaman masyarakat. Peningkatan partisipasi dengan melibatkan tokoh masyarakat dan kader kesehatan desa untuk mendukung penyebaran informasi secara lebih luas. Diakhir dapat melakukan pemantauan berkelanjutan dengan melakukan evaluasi rutin terhadap tingkat pengetahuan masyarakat melalui survei berkala guna mengidentifikasi perkembangan kesadaran dan pemahaman.



Gambar 2. Leaflet pengabdian kepada masyarakat



Gambar 3. Pemaparan materi



Gambar 4. Sesi diskusi tanya jawab

Pada sesi diskusi tanya jawab (Gambar 4) beberapa ibu-ibu PKK bertanya mengenai apa saja tanda-tanda dan gejala yang terlihat nyata pada penderita asam urat dan presenter menjawab beberapa tanda yang terjadi ialah nyeri sendi, pembekakan sendi, muncul tofus (penumpukan asam urat dapat membentuk benjolan keras di bawah kulit) dan peradangan sekitar sendi (Alfarisi, *et al*, 2024; Hasibuan & Simamora, 2020). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa masyarakat Desa Dawung Wetan memiliki tingkat kesadaran yang sangat baik terhadap penyakit asam urat. Hal ini menegaskan pentingnya pendekatan edukasi kesehatan berbasis komunitas yang efektif. Dengan upaya berkelanjutan, desa ini dapat menjadi contoh komunitas yang sehat dan sadar akan pentingnya pencegahan serta pengelolaan penyakit metabolik seperti penyakit asam urat.

KESIMPULAN

Bentuk edukasi pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di Kelurahan Dawung Wetan Kota Surakarta efektif meningkatkan pemahaman ibu-ibu PKK mengenai penyakit asam urat. Antusiasme masyarakat selama kegiatan berlangsung dan peningkatan pengetahuan yang signifikan terlihat dari hasil survei *pretest* dan *posttest*. Program ini meningkatkan pemahaman tentang gejala, penyebab, dan pencegahan asam urat, sekaligus menunjukkan bahwa pendidikan berbasis komunitas dapat secara efektif meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Achyadi, R., Firdaus, F., Hadi, S., & Setiawan, D. (2024). Edukasi Pencegahan dan Pengobatan Maag serta Tukak Lambung di Apotek Kimia Farma. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Panacea*, 2(2), 110. <https://doi.org/10.20527/jpmp.v2i2.12333>
- Aihemaitijiang, S., Zhang, Y., Zhang, L., Yang, J., Ye, C., Halimulati, M., Zhang, W & Zhang, Z. (2020). The Association between Purine-Rich Food Intake and Hyperuricemia: A Cross-Sectional Study in Chinese Adult Residents. *Nutrients*, 12, 3835. <https://doi.org/10.3390/nu12123835>
- Alfarisi, R., Fahrurrozi, Adlina, D., Liana, D. F., & Ramdhani, D. N. (2024). Promosi Kesehatan Dalam Pencegahan Penyakit Gangguan Metabolisme Asam Urat Gout Arthritis. *Jurnal Perak Malahayati*, 6(1), 25–36. <https://doi.org/10.33024/jpm.v6i1.14544>
- Arini, Y. D., Rahmawati, F., & Andayani, T. M. (2016). Faktor Risiko Kejadian Drug Related Problems Pada Pasien Penyakit Kronis Rawat Jalan Di Poliklinik Penyakit Dalam. *Jurnal Mnajemen Dan Pelayanan Farmasi*, 6(2), 83–94. <https://doi.org/10.22146/jmpf.260>
- Damayanti, Y. A. E., Pesik, R. N., Widardo, W., & Budiani, D. R. (2020). Pengaruh Pemberian Ekstrak Etanolik Akar Kelor (*Moringa oleifera*, Lam) Terhadap Kadar Asam Urat Dan Infiltrasi Sel Radang Jaringan Ginjal Tikus Putih (*Rattus norvegicus*) Model Diet Tinggi Lemak Dan Induksi Streptozotocin-Nicotinamide. *Smart Medical Journal*, 2(2), 83. <https://doi.org/10.13057/smj.v2i2.37941>
- Dungga, E. F. (2022). Pola Makan dan Hubungannya Terhadap Kadar Asam Urat. *Jambura Nursing Journal*, 4(1), 7–15. <https://doi.org/10.37311/jnj.v4i1.13462>
- Febriyanti, T., Nubadriyah, W. D., & Dewi, N. L. D. A. Si. (2020). Hubungan Kemampuan Pengaturan Diet Rendah Purin dengan Kadar Asam Urat. *Jurnal Ners LENTERA*, 8(1), 72–79. <https://doi.org/10.33508/ners.v8i1.2458>
- Hasibuan, D. C., & Simamora, F. A. (2020). Efektifitas Rebusan Daun Sirsak Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, 5(2), 74. <https://doi.org/10.51933/health.v5i2.319>
- Jaliana, Suhadi, & L. O. M. Sety. (2018). faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian asam urat pada usia 20-44 tahun di RSUD Batheramas provinsi sulawesi tenggara tahun 2017. *Jimkesmas, Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 1–13. <https://doi.org/10.37887/jimkesmas.v3i2.3925>
- Li, Q., Li, X., Wang, J., Liu, H., Kwong, J. S. W., Chen, H., Li, L., Chung, S. C., Shah, A., Chen, Y., An, Z., Sun, X., Hemingway, H., Tian, H & Li, S. (2019). Diagnosis and treatment for hyperuricemia and gout: A systematic review of clinical practice guidelines and consensus statements. *BMJ Open*, 9(8), 1–13. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-026677>
- Mahmudah, R., Yusuf, M. I., & Nur, W. O. I. (2023). Uji Efektivitas Antihiperurisemia Kombinasi Ekstrak Etanol Daun Kelor (*Moringa aloeifere* L.) dan Daun Sukun (*Artocarpus altilis*) pada Tikus Jantan (*Rattus norvegicus*). *Jurnal Mandala Pharmacon Indonesia*, 9(2), 532–542. <https://doi.org/10.35311/jmpi.v9i2.431>
- Purwanti, A., Fajrunni'mah, R., & Grey, M. A. (2022). Penyuluhan Dan Pemeriksaan Asam Urat Pada Lansia Di Rw 06 Jatiwarna Pondok Melati Bekas. *Prosiding Seminar Nasional Poltekkes Jakarta III*, 218–225. <https://www.ejurnal.poltekkesjakarta3.ac.id/index.php/ProsidingSEMNAS2022/article/view/1149>
- Songgigilan, Anisha M.G, Rumengan, I., & Kundre, R. (2019). Hubungan Pola Makan Dan Tingkat Pengetahuan Dengan Kadar Asam Urat Dalam Darah Pada Penderita Gout Arthritis Di Puskesmas Ranotana Weru. *Jurnal Keperawatan*, 7(1), 1–8.

<https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.24325>

- Umboh, D. Y., De Queljoe, E., & Yamlean, P. V. Y. (2019). Uji Aktivitas Antihiperurisemia Ekstrak Etanol Daun Gedi Hijau (*Abelmoschus manihot* (L.) Medik) Pada Tikus Putih Jantan Galur Wistar (*Rattus norvegicus*). *Pharmacon*, 8(4), 878.
<https://doi.org/10.35799/pha.8.2019.29365>
- Widyastiwi, Nurliyananda, F., & Roseno, M. (2022). Aktivitas Antihiperurisemia Ekstrak Etanol 96% Rimpang Temu Giring (*Curcuma heyneana* Val.) Pada Mencit Jantan Yang Diinduksi Kalium Oksonat Dan Jus Hati Ayam. *Majalah Farmasi Dan Farmakologi*, 26(2), 52–56. <http://journal.unhas.ac.id/index.php/mff/article/view/20283>