



Askara Satya Jurnal Informasi Pengabdian dan Kesehatan Masyarakat

Doi: <https://doi.org/10.52850/askara.v1i1.15241>
<http://e-journal.upr.ac.id/index.php/askara/index>
20xx, xx (x), xxx-xxx

PENYULUHAN PENYAKIT GOUT DAN PEMERIKSAAN ASAM URAT PADAMASYARAKAT DI KELURAHAN KERENG BANGKIRAI

Muhammad Ricko Fahrizal*

¹Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Universitas Palangka Raya, Palangka Raya, Indonesia

*Penulis korespondensi: Rickofahrizal2@gmail.com

Article history

Received : 14 Agustus 2024

Revised : 15 Agustus 2024

Accepted : 17 Agustus 2024

Kata Kunci: Aktivitas fisik;
Asam Urat; Gout

Keywords: *Gout; Physical
activity; Uric acid.*

Abstrak

Gout merupakan suatu keadaan dimana terjadi gangguan metabolisme purin di dalam tubuh. Dimana nantinya akan terjadi peningkatan produksi asam urat dan penurunan ekskresi asam urat oleh ginjal sehingga akan mengakibatkan penumpukan kadar asam urat di sendi dan saluran ginjal. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penyakit Gout dalam kegiatan penyuluhan dan screening penyakit Gout dengan pemeriksaan Asam Urat. Metode yang digunakan adalah Ceramah, tanya jawab dan Pemeriksaan yang dilakukan di Kelurahan Kereng Bangkirai. Bahan yang digunakan dalam pengabdian ini adalah alat GCU, kapas alcohol, Blood Lancet, Strip asam urat. Hasil yang di dapatkan adalah terdapat responden memiliki kadar asam urat yang normal yaitu sebesar 58,1% atau sebanyak 18 Responden, sedangkan pada 41,9% atau sebanyak 13 Responden memiliki kadar asam urat yang tinggi. Dengan hasil ini diharapkan masyarakat bisa menjaga kesehatannya dengan selalu melakukan aktivitas fisik setiap harinya dan menjaga makanan yang di konsumsi yang dapat meningkatkan kadar asam urat dalam tubuh.

Abstract

Gout is a condition where there is a disruption of purine metabolism in the body. Where later there will be an increase in uric acid production and a decrease in uric acid excretion by the kidneys so that it will result in the accumulation of uric acid levels in the joints and kidney ducts. The purpose of this community service is to increase public knowledge about Gout

disease in counseling activities and screening of Gout disease with Uric Acid examination. The methods used are Lectures, Q&A and Examination conducted in Kereng Bangkirai Village. The materials used in this service are GCU tools, alcohol cotton, Blood Lancet, Uric acid strips. The results obtained were that there were respondents who had normal uric acid levels, namely 58.1% or 18 Respondents, while 41.9% or 13 Respondents had high uric acid levels. With these results, it is hoped that the community can maintain their health by always doing physical activities every day and maintaining the food consumed that can increase uric acid levels in the body.

PENDAHULUAN

Gout merupakan suatu keadaan dimana terjadi gangguan metabolisme purin di dalam tubuh. Dimana akan terjadi peningkatan produksi asam urat dan penurunan ekskresi asam urat oleh ginjal sehingga menyebabkan penumpukan kadar asam urat di sendi dan saluran ginjal. Gout adalah hasil dari metabolisme tubuh oleh salah satu protein (purin) dalam ginjal. Dalam hal ini, ginjal berfungsi mengatur kestabilan kadar asam urat dalam tubuh dimana sebagian sisa asam urat dibuang melalui air seni (urin). (Putrianti, B., & Wulandari, A., 2019)

Penyakit asam urat atau yang biasa dikenal dengan gout arthritis merupakan suatu penyakit yang diakibatkan karena penimbunan Kristal monosodium urat didalam tubuh seseorang. Penimbunan Kristal monosodium tersebut jika berlebih didalam tubuh dapat mengakibatkan timbulnya asam urat atau gout arthritis itu sendiri. Asam nukleat terdapat didalam inti sel tubuh merupakan salah satu komponen yang terdapat dalam kandungan purin dan hal ini akan menyebabkan terjadinya asam urat. (Jaliana, Suhadi, & Sety. 2018)

Asam urat adalah penyakit dimana terjadinya penumpukan asam urat dalam tubuh secara berlebih, baik akibat produksi yang meningkat, pembuangan melalui ginjal

yang menurun atau akibat peningkatan asupan makanan tinggi purin. Asam urat terjadi ketika cairan tubuh sangat jenuh akan asam urat karena kadarnya yang tinggi. (Fitriani, et al, 2021)

Pada orang dewasa di Amerika Serikat didapatkan penyakit gout itu sendiri mengalami peningkatan dan mempengaruhi 8.3 juta (4%) orang amerika. Pada tahun 2016 di China prevalensi hiperurisemia sebanyak 25,3% dan pada gout adalah sebanyak 0,36%, terjadi pada dewasa usia 20-74 tahun (Syahradesi. 2020). Sedangkan prevalensi hiperurisemia juga mengalami peningkatan dan mempengaruhi 43.300.00 (21%) orang dewasa di Amerika Serikat itu sendiri. Penelitian di Taiwan pada tahun 2013 terdapat prevalensi penyakit gout arthritis sebesar 41,4% dan juga meningkat sebesar 0,5% setiap tahunnya (Songgigilan & Kundre. 2019).

Faktor demografi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kualitas hidup dengan gout arthritis. Faktor demografi tersebut terdiri dari jenis kelamin, usia, body mass index(BMI), waist-hip ratio (WHR), tempat tinggal, status pernikahan, pendidikan, status pekerjaan, pendapatan dan asuransi kesehatan. (Fuet al, 2017).

Berdasarkan data WHO (World Health Organization) dalam Non-Communicable Disease Country Profile (2011) di Indonesia prevalensi penyakit asam urat pada usia 55-64 tahun berkisar pada 45%, dan pada usia 65-74 tahun berkisar pada 51,9%, serta usia >75 tahun berkisar pada 54,8% (Syarifuddin, Taiyeb, & Caronge. 2019). Prevalensi gout arthritis di Indonesia pada tahun 2018 berkisar sebesar 11,9%, dengan Aceh sebanyak 18,3%, serta Jawa Barat sebanyak 17,5%, dan Papua sebanyak 15,4%. Berdasarkan gejala gout arthritis di Nusa Tenggara timur sebanyak 33,1%, begitu pula Jawa Barat sebanyak 32,1%, dan Bali juga sebanyak 30% (Syahradesi. 2020).

Penyakit gout yang berkaitan dengan peningkatan asam urat tidak begitu dikenal masyarakat, sebagian besar masyarakat menyebutnya penyakit asam urat. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penyakit Gout dalam kegiatan penyuluhan dan screening penyakit Gout dengan pemeriksaan Asam Urat.

BAHAN DAN METODE

Bahan

Bahan yang digunakan dalam pengabdian ini adalah alat GCU, kapas alcohol, Blood Lancet, Strip asam urat.

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Ruang kelas SDN 2 Kereng Bangkirai, untuk memecahkan masalah yang sudah diidentifikasi dan di rumuskan tersebut di atas, maka sebagai alternatif pemecahan masalah yaitu penyuluhan dan pemeriksaan asam urat pada Masyarakat di Kelurahan Kereng Bangkirai, Kota Palangka Raya. Metode yang di gunakan adalah :

1. Ceramah

Metode ini digunakan untuk menjelaskan mengenai penyakit Gout dimana hal ini

dapat dijadikan sebagai dasar pengetahuan dan deteksi dini mengalami keluhan Gout.

2. Tanya Jawab

Metode ini sangat di sarankan untuk para peserta kegiatan, dalam ha ini peserta memperhatikan dengan seksama materi yang dibberikan. Selain itu peserta dapat menggali sebanyak-banyaknya pengetahuan tentang materi yang diberikan oleh pemateri.

3. Pemeriksaan

Metode ini digunakan untuk mengetahui kadar asam urat pada masyarakat, sehingga setelah endapatkan ilu mengenai ateri yang di sampaikan juga dapat mengenali dan menghindari berbagai faktor risiko penyebab Gout.

Adapun rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi persiapan dan pelaksanaan, antara lain :

1. Tahap Persiapan

Tahapan persiapan adalah tahap yang diperlukan untuk mengumpuajn informasi yang berkaitan dengan calon sasaran. Tahap persiapan terdiri dari :

- Menganalisa masalah yang terjadi dan keluhan yang sering dirasakan oleh masyarakat
- Mengumpulkan data masyarakat
- Menganalisa lokasi tempat pelaksanaan pengabdian masyarakat
- Koordinasi Bersama dengan tim pelaksanaan pengabdian masyarakat dan penentuan tugas dan beban kerja dari setiap anggota tim
- Berkoordinasi dengan pihak ketua RT 05/RW 02 Kelurahan Kereng Bangkirai
- Mempersiapkan peralatan dan berbagai macam kebutuhan pelaksanaan pengabdian masyarakat

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dalam kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dalam beberapa tahapan di antaranya :

- a. Melakukan penyuluhan tentang penyakit gout dan pentingnya screening asam urat, dengan menggunakan LCD dengan media PowerPoint yang digunakan untuk mempresentasikan materi. Penyuluhan dilakukan selama 30 menit dan sesi tanya jawab selama 15 menit
 - b. Kegiatan ini dianjurkan dengan pemeriksaan asam urat. Hasil kadar asam urat pada masyarakat di dokumentasikan dan di sampaikan langsung kepada responden.
3. Tahap evaluasi

Para responden tampak antusias dengan pelaksanaan pengabdian masyarakat yang sudah dilakukan, mereka juga sangat bekerjasama dengan baik, pada sesi penjelasan materi atau sesi tanya jawab.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diawali dengan survey pendahuluan mengenai situasi. Hasil survey dan wawancara bahwa masyarakat sering mengeluhkan nyeri atau sakit pada area sendinya dan masih belum mengetahui terkait penanganannya. Jumlah partisipan yang ikut serta dalam kegiatan ini adalah 31 responden

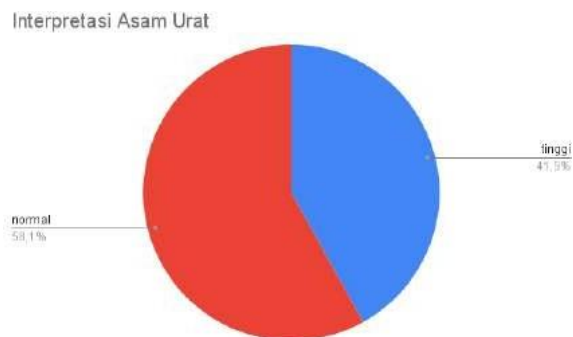
Adapun karakteristik responden dalam kegiatan ini adalah sebagai berikut :

- a. Berdasarkan Usia

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan usia.

Usia (Tahun)	Jumlah (Orang)	%
20-29	5	16,13%
30-39	10	32,26%
40-49	7	22,58%
50-59	7	22,58%
60-69	2	6,45%
70-79	0	0%

- b. Berdasarkan jenis kelamin
Dalam kegiatan ini, seluruh responden berjenis kelamin perempuan.
- c. Berdasarkan Hasil Pemeriksaan kadar asam urat



Gambar 1. Karakteristik responden berdasarkan kadar asam urat

Berdasarkan diagram di atas dapat diberikan kesimpulan bahwa Sebagian besar masyarakat di Kelurahan Kereng Bangkirai memiliki kadar asam urat yang normal yaitu sebesar 58,1% atau sebanyak 18 Responden, sedangkan pada 41,9% atau sebanyak 13 Responden memiliki kadar asam urat yang tinggi. Hasil ini didapatkan berdasarkan pemeriksaan secara langsung.

Pada pengabdian yang dilakukan oleh putrianti, B dan Wulandari, A tahun 2019 yang dilakukan di desa Majasem didapatkan hasil bahwa 72,32% memiliki kadar asam urat normal dan 27,68% memiliki kadar asam urat yang tinggi.

Kadar asam urat dalam keadaan normal dikarenakan responden masih bisa menjaga pola makan yang benar, terutama makanan yang mengandung zat purin jika di konsumsi secara berlebihan akan mengakibatkan penumpukkan zat purin dalam darah sehingga akan menyebabkan asam urat. Pada penelitian yang dilakukan oleh Purba, D dan Parinduri, J.S tahun 2022 didapatkan hasil bahwa Pada penelitian ini responden kadar asam urat normal menunjukkan bahwa responden masih bisa menjaga atau mengendalikan asam urat dengan melakukan aktivitas fisik seperti berjalan kaki,

naik sepeda. Dengan aktifitas fisik akan mengeluarkan kotoran atau kadar asam urat dalam darah. Asam urat adalah hasil akhir dari katabolisme (pemecahan) suatu zat yang bernama purin. Gout adalah adanya peradangan pada sendi atau otot yang disebabkan dari berlebihannya kadar asam urat dalam darah manusia. Hal ini disebabkan oleh berlebihnya jumlah makanan yang banyak mengandung purin yang masuk ke dalam tubuh manusia, sedangkan kemampuan ginjal yang membuang purin dalam darah terbatas (Jakše, 2019).

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian pengabdian masyarakat ini didapatkan hasil bahwa Sebagian besar masyarakat di Kelurahan Kereng Bangkirai memiliki kadar asam urat yang normal yaitu sebesar 58,1% atau sebanyak 18 Responden, sedangkan pada 41,9% atau sebanyak 13 Responden memiliki kadar asam urat yang tinggi. Dengan hasil ini diharapkan masyarakat bisa menjaga kesehatannya dengan selalu melakukan aktivitas fisik setiap harinya dan menjaga makanan yang di konsumsi yang dapat meningkatkan kadar asam urat dalam tubuh.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada semua pihak yang turut membantu dalam penelitian pengabdian masyarakat ini, terimakasih kepada Tim 10Medsavior atas kerjasamanya, Dosen pendamping lapangan dan Bapak Ketua RT 05/RW02 atas bantuannya selama penelitian ini berjalan.

DAFTAR PUSTAKA

Fitriani, R., Azzahri, L. M., Nurman, M. And Hamidi, M. N. S. (2021) "Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat (Gout Arthritis) Pada Usia Dewasa 35-49 Tahun", *jurnal ners*, 5(1), pp. 20–27. doi:

10.31004/jn.v5i1.1674

- Fu, T., Cao, H., Yin, R., et al. (2017). Associated Factors With Functional Disability And Health-Related Quality Of Life In Chinese Patients With Gout: A Case-Control Study. *BMC Musculoskeletal Disorders*. 18:429
- Jakše, P. B. (2019). Uric Acid and Plant- Based Nutrition. *Nutrients*, 11, 1736; doi:10.3390/nu11081736, <https://www.mdpi.com/2072-6643>.
- Jaliana, Suhadi, & Sety, L. O. M. (2018). faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian asam urat pada usia 20-44 tahun di RSUD Batheramas provinsi sulawesi tenggara tahun 2017. *Jimkesmas*, 3(2), 1–13. Retrieved from <http://ojs.uho.ac.id/index.php/JIMKESMAS/article/download/3925/3003>
- Purba, D. (2022). Hubungan Pola Makan dengan Kadar Asam Urat pada Pra Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Padang Bulan: Field Research. *Journal of Vocational Health Science*, 1(1), 14-23
- Putrianti, B., & Wulandari, A. (2019). Peningkatan Pengetahuan Dan Screening Penyakit Gout Dengan Pemeriksaan Asam Urat Pada Lansia Di Desa Majasem Yogyakarta. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Karya Husada (JPMKH)*, 1(1), 29-34. Retrieved from <https://jurnal.poltekkeskhjogja.ac.id/index.php/jpmkh/article/view/176>
- Songgigilan, A. M. G., & Kundre, R. (2019). Hubungan Pola Makan Dan Tingkat Pengetahuan Dengan Kadar Asam Urat Dalam Darah Pada Penderita Gout Arthritis Di Puskesmas Ranotana Weru. Hubungan Pola Makan Dan Tingkat Pengetahuan Dengan Kadar Asam Urat Dalam Darah Pada Penderita Gout Arthritis Di Puskesmas Ranotana Weru, 7(1), 1–8

Syahradesi, yessy & yusnaini. (2020). Counseling About Gout's Disease and Physical Training For Community In Stambul Jaya Village, Tanoh Alas Sub-District, Aceh Tenggara District, 2(September), 86– 9.

Syarifuddin, L. A., Taiyeb, A. M., & Caronge, M. W. (2019). Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kadar Asam Urat Dalam Darah Pada Penderita Asam Urat (Gout) di Wilayah Kerja Puskesmas Sabbangparu Kabupaten Wajo Relationship of Diet and Physical Activity with Blood Uric Acid Levels in Gout Patients in t. Prosiding Seminar Nasioal Biologi VI, 372– 381. Retrieved from <https://ojs.unm.ac.id/semnasbio/article/viewFile/10579/6201>