

## PELAYANAN INFORMASI OBAT PEGAL LINU TIDAK TERSTANDAR DAN EDUKASI PENYAKIT ASAM URAT MASYARAKAT DESA SAMBIREJO, MANTINGAN, NGAWI

Kurniawan<sup>1</sup>, Nurul Marfu'ah<sup>2</sup>, Nadia Iha Fatihah<sup>3</sup>, Widya Damayanti<sup>4</sup>, Lulu' Luthfiya<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Program Studi Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Darussalam Gontor

<sup>5</sup> Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Darussalam Gontor

e-mail: kbinakrom@unida.gontor.ac.id

### Abstrak

Gout Arthritis atau asam urat merupakan salah satu masalah kesehatan yang masih banyak ditemukan di negara-negara berkembang. Berdasarkan survei World Health Organization (WHO), Indonesia merupakan negara terbesar ke 4 di dunia yang penduduknya menderita asam urat dan sumber dari Buletin Natural, di Indonesia penyakit asam urat 35% terjadi pada pria dibawah usia 34 tahun. Insiden asam urat di Indonesia menduduki urutan kedua setelah osteoarthritis. Wilayah Desa Sambirejo Mantingan Ngawi khususnya laki-laki yang umumnya bekerja ditempat yang memerlukan tenaga fisik lebih besar misalnya petani, nelayan atau pekerja bangunan, mereka sering mengonsumsi obat racikan yang terkenal dengan nama "obat setelan" untuk meredakan rasa pegal dan linu setelah mereka bekerja. Penggunaan obat yang tidak standar dan tidak sesuai ketentuan ini dapat membahayakan masyarakat. Kurangnya tingkat pengetahuan tentang penyakit asam urat dan kurangnya pengetahuan pola hidup sehat dan aktifitas fisik pada penderita asam urat di wilayah tersebut sehingga perlu ada kegiatan pengabdian masyarakat. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pelayanan informasi obat yang benar dan edukasi penyakit gout arthritis sehingga masyarakat tercerahkan untuk penggunaan obat yang benar dan juga memberikan alternatif penggunaan herbal yang dapat mencegah dan membantu mengatasi asam urat tersebut. Kegiatan ini berlokasi di Kelurahan Sambirejo Kecamatan Mantingan Kabupaten Ngawi dengan waktu pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berlangsung dari awal bulan oktober sampai akhir oktober tahun 2023 Program yang ditawarkan dan diimplementasikan, antara lain penyusunan buku saku yang dibagikan, pengukuran kondisi kesehatan masyarakat pada 20 orang yang terdiri atas kelompok pengajian dan posyandu serta pelatihan pembuatan herbal. Pelatihan menggunakan alat cek kesehatan dan penyerahan alat cek kesehatan tersebut kepada kelompok masyarakat. Hasil kegiatan ini yaitu adanya peningkatan kesehatan terutama asam urat berdasarkan hasil cek kesehatan sebelum dan sesudah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

**Kata kunci:** Gout Arthritis; Asam Urat; Status Kesehatan

### Abstract

Malnutrition is Gout arthritis, or gout, is a health problem that is still often found in developing countries. Based on a World Health Organization (WHO) survey, Indonesia is the 4th largest country in the world whose population suffers from gout, and according to Natural Bulletin, in Indonesia, 35% of gout occurs in men under 34 years of age. The incidence of gout in Indonesia is second only to osteoarthritis. In the Sambirejo Mantingan Ngawi Village area, especially men who generally work in places that require greater physical effort, for example, farmers, fishermen, or construction workers, they often take a concoction of medicine known as "suit medicine" to relieve aches and pains after they work. The use of drugs that are not standard and do not comply with these provisions can endanger society. The lack of knowledge about gout and the lack of knowledge about healthy lifestyles and physical activity among gout sufferers in the area means there is a need for community service activities. This activity aims to provide correct drug information services and education about gouty arthritis so that people are enlightened about the correct use of drugs and also provide alternative uses of herbs that can prevent and help treat gout. This activity is located in Sambirejo Village, Mantingan District, Ngawi Regency, with the implementation time for community service activities taking place from the beginning of October to the end of October 2023. The programs offered and implemented included the preparation of pocket books that were distributed, measuring the health conditions of the community for 20 people consisting of study groups and posyandu, as well as training in herbal making. Training on using health check tools and handing over health check tools to community groups. The result of this activity is an improvement in health, especially uric acid, based on the results of health checks before and after this community service activity.

**Keywords:** gout arthritis; gout; health status

## PENDAHULUAN

Berdasarkan survei World Health Organization (WHO), Indonesia merupakan negara terbesar ke 4 di dunia yang penduduknya menderita asam urat dan berdasarkan sumber dari Buletin Natural, di Indonesia penyakit asam urat 35% terjadi pada pria dibawah usia 34 tahun. Insiden asam urat di Indonesia menduduki urutan kedua setelah osteoarthritis[1]. Masalah 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[2]. 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)[3].

Gout arthritis atau asam urat merupakan hasil metabolisme akhir dari purin yaitu salah satu komponen asam nukleat yang terdapat dalam inti sel tubuh. Meningkatnya kadar asam urat dalam darah disebut dengan hiperurisemia[4]. Hiperurisemia disebabkan oleh dua hal, yaitu karena pembentukan asam urat yang berlebihan atau karena penurunan pengeluaran asam urat oleh ginjal[5]. Hiperurisemia yang tidak ditangani menyebabkan asam urat dalam darah berlebihan sehingga menimbulkan penumpukan kristal asam urat. Apabila kristal berada dalam cairan sendi maka akan menyebabkan penyakit gout[6].

Apabila kadar asam urat berlebihan dan ginjal tidak mampu mengatur keseimbangannya, maka akan menumpuk pada jaringan dan sendi. Pada saat kadar asam urat tinggi dan tidak segera diobati dapat menyebabkan penyakit batu ginjal. tanda dan gejala asam urat adalah terjadinya peningkatan asam urat serum, nyeri hebat yang datang tiba-tiba, pergerakan kaku, mudah merasa letih dan lesu, kemerahan di kulit, sakit tenggorokan, nafsu makan berkurang, lidah berwarna merah (gusi berdarah). Penyakit gout yang berkaitan dengan peningkatan asam urat tidak begitu dikenal masyarakat, sebagian besar masyarakat menyebutnya penyakit asam urat[7]. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penyakit Gout dalam kegiatan penyuluhan dan screening penyakit Gout dengan pemeriksaan Asam Urat. Memberikan edukasi penggunaan obat yang benar dan tepat, memaksimalkan herbal bahan alam untuk mencegah dan membantu terapi gout arthritis.

Berdasarkan urgensi masalah tersebut, Kelompok dosen Program Studi Farmasi dan Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Darussalam Gontor turut berpartisipasi dalam kegiatan Pelayanan Informasi Obat Pegal Linu Tidak Terstandar Dan Edukasi Penyakit Asam Urat Masyarakat Desa Sambirejo, Mantingan, Ngawi untuk meningkatkan pemahaman masyarakat akan penyakit Gout dan melakukan pendampingan cara pencegahan dan cara mengatasi penyakit Gout dengan menggunakan herbal. Serta memberikan alat kepada kelompok posyandu masyarakat agar bisa melakukan pengecekan mandiri.

## METODE

Metode yang digunakan dalam pemecahan permasalahan termasuk metode analisis. Metode-metode yang digunakan dalam penyelesaian permasalahan dituliskan di bagian ini. Pendidikan masyarakat berupa penyuluhan yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman mengenai penyakit Gout arthritis atau asam urat serta kesadaran untuk melakukan pemeriksaan deteksi kadar asam urat pada lansia di Desa Sambirejo Kecamatan Mantingan Kabupaten Ngawi. Adapun cara mengimplementasikan pengabdian masyarakat ini adalah sebagai berikut: Penyuluhan kesehatan tentang penyakit asam urat, pencegahan dan pengendalian asam urat, Pengukuran kadar asam urat gratis. Diskusi dan tanya jawab tentang penyakit asam urat, kemungkinan pencegahan dan pengendalian asam urat. Pelaksana kegiatan ini adalah dosen Universitas Darussalam Gontor yang bertanggung jawab dalam melakukan kegiatan. Sasaran kegiatan adalah para warga yang tinggal di Desa Sambirejo Kecamatan Mantingan Kabupaten Ngawi. Pelaksanaan menggunakan diskusi tentang identifikasi penyakit, gejalanya dan metode pencegahannya; dan mengadakan diskusi tentang asam urat, pelatihan membuat herbal asam urat dan pemberian alat cek kesehatan Easy touch dan alat tensi tekanan darah.

Pendampingan dilaksanakan pada tanggal 5 Oktober 2023 – 26 Oktober 2023 di Desa Sambirejo Kecamatan Mantingan Kabupaten Ngawi. Sasaran utama pendampingan ini adalah Kelompok Pengajian Bapak-bapak dan Posyandu di Desa Sambirejo Kecamatan Mantingan Kabupaten Ngawi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada Masyarakat mengenai Penyuluhan Kesehatan Penyakit Asam Urat dan deteksi kadar asam urat pada warga berhasil dilaksanakan di Desa Sambirejo Kecamatan Mantingan Kabupaten Ngawi. Kegiatan pengabdian tersebut diikuti oleh 20 orang.



Gambar 1. (Tim PKM Dosen UNIDA Gontor sedang melaksanakan pemeriksaan kesehatan warga Desa Sambirejo Kecamatan Mantingan Kabupaten Ngawi )

Kegiatan pengabdian diawali dengan registrasi peserta, setelah itu acara pembukaan dengan sambutan dari Ketua Tim PKM apt. Kurniawan, S.Si., M.Farm Dalam sambutannya beliau mengucapkan terima kasih kepada desa Desa Sambirejo Kecamatan Mantingan Kabupaten Ngawi yang sudah menjadi mitra PKM ini dan menjelaskan maksud serta tujuan tim PKM dosen Universitas Darussalam, sambutan dilanjutkan oleh kepala desa Desa Sambirejo Kecamatan Mantingan Kabupaten Ngawi yang memberikan apresiasi kepada tim PKM dosen Universitas Darussalam Gontor, harapannya kegiatan ini bisa bermanfaat bagi masyarakat. kegiatan ini melibatkan mitra kelompok pengajian bapak-bapak dan kelompok Posyandu di desa tersebut.

Kegiatan ini dilanjutkan dengan pemeriksaan kesehatan dari cek asam urat, kolesterol, glukosa dan cek tekanan darah. Kegiatan ini berkala dilakukan dari pekan pertama sampai pekan keempat, materi pada pekan pertama disampaikan langsung oleh Ketua tim pengmas apt. Kurniawan, M.Farm. warga terlihat sangat antusias menyambut kedatangan tim pengmas. Sementara itu, dari pemeriksaan awal memang kondisi kesehatan warga sangat bervariasi dari yang mengalami kolesterol, diabetes, tekanan darah tinggi dan penyakit gout arthritis atau asam urat. Pengecekan awal ini dilakukan untuk melihat efektivitas pengmas skema PKM ini dengan melihat pengecekan kondisi kesehatan khususnya asam urat dari awal hari ke satu sampai pada pekan keempat. Setelah diberikan edukasi, penyuluhan dari jenis obat pegel linu tidak terstandar, jenis obat (kimia) dan herbal untuk terapi asam urat, penyebab penyakit asam urat dan pola makan untuk mencegah dan mengobati asam urat. Pembuatan buku saku tentang Penyakit asam urat oleh tim PKM dibagikan kepada warga. Sehingga materi edukasi dan penyuluhan mudah diingat oleh masyarakat dengan membaca bukunya ketika lupa. Pada kesempatan lain dilakukan pelatihan pembuatan sediaan herbal untuk mencegah atau mengobati penyakit asam urat yang harapannya mampu mengurangi penggunaan obat kimia. Herbal yang dibuat dengan memformulasikan minuman dari daun salam, serai, jahe dan kayu manis. Setelah dilakukan edukasi dan pemanfaatan bahan alam atau herbal warga menjadi mudah dalam mencegah dan mengatasi asam urat. Pada pekan keempat dilakukan pengecekan kesehatan lagi dan terjadi perubahan kondisi penyakit asam urat warga menjadi banyak yang normal dan tinggal sedikit yang mengalami penyakit asam urat. Data pengecekan dibandingkan dengan data pengecekan asam urat ketika pada pekan pertama saat datang melakukan PKM. Pada akhir kegiatan PKM ini kelompok Posyandu diberikan alat cek Tekanan Darah dan alat cek glukosa, kolesterol, asam urat beserta stik cek nya. Kelompok posyandu ini didampingi oleh langsung oleh bidan desa sebagai tenaga kesehatan. Pemeriksaan peserta tidak hanya sebatas pada kadar asam urat tapi pada aspek kesehatan lain juga seperti kadar glukosa darah, kadar kolesterol dan juga tekanan darah. Ini diperlukan agar peserta memahami kondisi kesehatan tubuhnya.



Gambar 2. (Acara Pembukaan oleh Ketua Tim PKM dan pemberian materi hari pertama)

Penyampaian materi edukasi terkait asam urat. Penyajian materi diawali edukasi dengan tanya jawab mengenai materi yang disampaikan. Tanya jawab ini merupakan pre-test yang diberikan untuk mengukur pengetahuan awal peserta. Selain itu membangkitkan rasa penasaran peserta terhadap materi yang disampaikan. Berdasarkan tanya jawab pengetahuan peserta tentang penyakit diabetes cukup rendah sehingga dipandang tepat untuk melakukan kegiatan di tempat tersebut.



Gambar 2. (Kegiatan Pengabdian pekan berikutnya Pelatihan membuat herbal atau ramuan membantu mengatasi penyakit asam urat)

Materi yang diberikan adalah pengenalan penyakit asam urat, bagaimana mencegah dan bagaimana mengatasi asam urat dengan bahan alam yang ada disekitar kita. Setelah seluruh materi disampaikan, peserta akan dievaluasi secara acak melalui tanya jawab. Berdasarkan jawaban yang diberikan peserta, disimpulkan bahwa peserta menerima materi yang disampaikan dengan baik. Antusiasme peserta dalam menjawab dan jawaban yang diberikan menunjukkan bahwa peserta menguasai sebagian besar materi yang disampaikan. Hal ini merupakan indikator tercapainya tujuan kegiatan edukasi diabetes.



Gambar 3. (Antusiasme peserta dalam pelatihan herbal)



Gambar 4. (Kegiatan Deteksi Asam urat pada pekan terakhir)

**Target luaran** = kadar asam urat dapat dideteksi dan dikontrol sehingga tidak sampai menyebabkan penyakit asam urat. Pemeriksaan ini dilakukan sebelum dan sesudah proses pendampingan untuk mengetahui tingkat keberhasilan program.

**Hasil** = pemeriksaan terlaksana bukan hanya kadar asam urat tapi termasuk kolesterol, glukosa dan tekanan darah.

Tabel 1. Data kadar UA, glukosa, kolesterol dan tensi mitra sebelum penyuluhan

No	UA	Glukosa	Kolesterol	Sistol	Diastol
1	7.5	112	186	151	100
2	6.4	121	173	191	105
3	7.5	90	166	181	105
4	9.3	111	175	197	118
5	9.3	112	133	171	106
6	8.2	194	172	179	112
7	7.5	98	202	203	119
8	6.6	184	163	159	102
9	7.5	126	146	130	83
10	8.2	400	202	168	86
11	7.3	116	202	192	85
12	5.2	86	128	132	83
13	9.3	103	197	177	100
14	7.1	78	153	144	95
15	5.2	81	190	157	101
16	4.2	128	221	156	102
17	8.2	232	245	201	107
18	8.4	160	111	152	90
19	6.6	157	231	173	106
20	6.2	277	168	164	96

Tabel 2. Data persentase kadar UA, glukosa, kolesterol dan tensi mitra sebelum penyuluhan

UA		Glukosa		Kolesterol		Tensi	
Normal	>Normal	Normal	>Normal	Normal	>Normal	Normal	>Normal
35%	65%	65%	15%	70%	30%	10%	90%

Tabel 3. Data kadar UA, glukosa, kolesterol dan tensi mitra dipekan keempat setelah penyuluhan.

No	UA	Glukosa	Kolesterol	Sistol	Diastol
1	6.7	115	217	147	93
2	7.3	107	166	171	102
3	7.7	123	194	169	90

4	9.3	99	176	175	109
5	7.1	178	176	154	90
6	6.2	143	194	178	111
7	6.9	149	176	155	102
8	6.6	126	176	134	81
9	5.3	128	161	108	57
10	8.1	547	251	167	92
11	6.4	99	196	173	86
12	5.3	117	272	146	79
13	9.3	133	173	171	86
14	6.2	123	163	121	71
15	6.7	90	171	167	114
16	4	123	173	150	80
17	8.6	217	234	158	88
18	7.7	176	89	139	86
19	6.6	157	231	173	106
20	6.2	277	168	164	96

Tabel 4. Data persentase kadar UA, glukosa, kolesterol dan tensi mitra sebelum penyuluhan

UA		Glukosa		Kolesterol		Tensi	
Normal	>Normal	Normal	>Normal	Normal	>Normal	Normal	>Normal
60%	40%	85%	15%	75%	25%	15%	85%

Pengukuran kadar asam urat peserta sebagian besar peserta 20 orang (60%) mempunyai kadar asam urat lebih dari normal, sebanyak 12 orang menderita asam urat. Berdasarkan hasil pemeriksaan tersebut, seluruh peserta diberikan pendampingan dengan diskusi sesuai kadar asam urat. Jika hasil pemeriksaan kadar asam uratnya baik, maka gaya hidup sehat tetap harus dipertahankan, namun jika hasil pemeriksaan menunjukkan kadar asam urat yang tinggi diperlukan perubahan gaya hidup dan pola makan. Untuk itu perlu adanya Edukasi dan pemahaman asam urat, mengatur pola makan, olahraga serta pengobatan dengan bahan alam dan obat kimia jika diperlukan dan pemantauan hasil terapi melalui pemeriksaan laboratorium [8][9]..

**SIMPULAN**

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian edukasi dan deteksi dini penyakit asam urat dapat disimpulkan bahwa peserta pengabdian di Desa Sambirejo Kecamatan Mantingan Kabupaten Ngawi. sejumlah 20 orang telah menerima informasi mengenai penyakit asam urat dengan baik. Deteksi dini kadar asam urat dilakukan dengan pemeriksaan kadar asam urat, sejumlah 12 orang (60%) mengalami asam urat, dan setelah diberikan edukasi asam urat terjadi penurunan penderita yang tinggal 8 orang (40%) yang ,mengalami asam urat.

**SARAN**

Disarankan kepada warga yang menderita asam urat agar memeriksakan kesehatan dan mengikuti program dari tim PKM untuk menggunakan herbal bahan alam secara rutin sehingga dapat meningkatkan kesehatan khususnya penderita asam urat.

**UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada institusi Universitas Darussalam Gontor yang telah memberi dukungan dana terhadap pengabdian masyarakat ini. Kades Desa Sambirejo Kecamatan Mantingan Kabupaten Ngawi, kelompok pengajian dan posyandu desa tersebut yang telah memberikan waktu dan kesempatan sehingga kegiatan ini dapat terlaksana.

**DAFTAR PUSTAKA**

Rusman, Ayu Dwi Putri. "Analisis penyebab faktor resiko terhadap peningkatan penderita gout (asam urat) di wilayah kerja puskesmas suppa kecamatan suppa kabupaten pinrang." Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan 4.1 (2021): 1-9.

- Nofia, Vino Rika, Emira Apriyeni, and Fani Prigawuni. "Pendidikan Kesehatan Tentang Arthritis Gout Di Puskesmas Dadok Tunggul Hitam Padang." *Jurnal Abdimas Saintika* 3.1 (2021): 130-137.
- Wulandari, Amri. "PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SCREENING PENYAKIT GOUT DENGAN PEMERIKSAAN ASAM URAT PADA LANSIA DI DESA MAJASEM YOGYAKARTA." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Karya Husada (JPMKH)* 1.1 (2019): 29-34.
- Dungga, Elvie Febriani. "Pola makan dan hubungannya terhadap kadar asam urat." *Jambura Nursing Journal* 4.1 (2022): 7-15.
- Angraini, Debie. "Aspek Klinis Hiperurisemia." *Scientific journal* 1.4 (2022): 299-308.
- Harianja, Edison. "Penyuluhan Kesehatan dan Skrining Pemeriksaan Kolesterol dan Asam Urat pada Lansia." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Teknologi Laboratorium Medik Borneo* 2.1 (2022): 17-20.
- Abidin, Ahmad Zainal, Bayu Akbar Khayudin, and Nabila Mifthahul An Niesa. "Studi Fenomenologi Pengalaman Keluarga Dalam Merawat Lansia yang Mengalami Gout Arthritis di Desa Campurejo Kecamatan Bojonegoro Kabupaten Bojonegoro." *Jurnal Multidisiplin Madani* 2.8 (2022): 3401-3405.
- Karimah, Salasa Khajarul, et al. *Asuhan Keperawatan Pada Ny. K Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Pada Diagnosa Medis Asam Urat Di Kelurahan Gempeng Bangil Kabupaten Pasuruan*. Diss. Politeknik Kesehatan Kerta Cendekia, 2021.
- Noviyanti, Retno Dewi, and Dewi Pertiwi Dyah Kusudaryati. *Teh Daun Jati Cina dan Daun Alpukat Kaya Manfaat Bagi Kesehatan Lansia*. Penerbit NEM, 2022.