

Penyuluhan dan Pemeriksaan Kadar Asam Urat (dalam Darah) pada Masyarakat Desa Bangga Kec. Dolo Selatan, Kab. Sigi, Prov Sulawesi Tengah

(Counseling and Examination of Uric Acid Levels (in Blood) in the Bangga Village Community, Dolo Selatan District, Sigi Regency, Central Sulawesi Province)

Hermin Lastris Gintoe^{1*}, Andi Lindhemuthianingrum², Astri Febriana Iffaf³

¹⁻³ Politeknik Cendrawasih Palu, Indonesia

Email : hermingintoe@gmail.com *

Article History:

Received: September 18, 2024;

Revised: September 30, 2024;

Accepted: Oktober 16, 2024;

Online Available: Oktober 30, 2024;

Keywords: gout, elderly, POCT

Abstract: This activity aims to increase public knowledge about gout and conduct uric acid level checks in Bangga Village, Dolo Selatan District, Sigi Regency, Central Sulawesi Province. The main problem faced is the high incidence of gout, which is often caused by unhealthy eating patterns and lack of knowledge about gout. The methods used include interactive counseling and uric acid level checks with the Point of Care Testing (POCT) tool, carried out on January 8, 2024. Of the 15 participants who took part in the activity, 9 people were found to have high uric acid levels and 6 people with normal levels. The results showed that most of the respondents who had high uric acid levels came from the older age group. This activity succeeded in increasing public awareness of the importance of a healthy diet and is expected to encourage behavioral changes in maintaining health.

Abstrak

Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang asam urat dan melakukan pemeriksaan kadar asam urat di Desa Bangga, Kecamatan Dolo Selatan, Kabupaten Sigi, Provinsi Sulawesi Tengah. Masalah utama yang dihadapi adalah tingginya angka kejadian gout, yang sering disebabkan oleh pola makan tidak sehat dan kurangnya pengetahuan mengenai asam urat. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan interaktif dan pemeriksaan kadar asam urat dengan alat Point of Care Testing (POCT), dilaksanakan pada 8 Januari 2024. Dari 15 peserta yang mengikuti kegiatan, ditemukan 9 orang dengan kadar asam urat tinggi dan 6 orang dengan kadar normal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang memiliki kadar asam urat tinggi berasal dari kelompok usia yang lebih tua. Kegiatan ini berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pola makan sehat dan diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku dalam menjaga kesehatan.

Kata Kunci: asam urat, lansia, POCT

1. PENDAHULUAN

Asam urat merupakan hasil metabolisme akhir dari purin yaitu salah satu komponen asam nukleat yang terdapat dalam inti sel tubuh¹¹. Kadar asam urat dalam darah yang meningkat (Hiperurisemia) merupakan gangguan metabolik yang ditandai dengan peningkatan kadar asam urat lebih dari 5,7 mg/dl pada wanita dan lebih dari 7,0 mg/dl pada laki-laki⁸. Peningkatan kadar asam urat dapat mengakibatkan gangguan pada tubuh manusia seperti rasa linu di daerah persendian dan sering disertai timbulnya rasa nyeri yang sangat bagi penderitanya, disebabkan oleh penumpukan kristal di daerah persendian tersebut akibat tingginya kadar asam urat dalam darah

seseorang. Penyakit dengan gejala linu sering disebut penyakit gout atau lebih dikenal di masyarakat sebagai penyakit asam urat¹¹. Selain itu gejala dari gout berupa serangan nyeri sendi yang bersifat akut, biasanya menyerang satu sendi disertai demam, kemudian keluhan membaik dan diikuti masa tanpa keluhan yang mungkin berlanjut dengan nyeri sendi kronis. Hampir (90%) penderita yang mengalami serangan pertama biasanya mengenai satu persendian dan umumnya pada sendi antara ruas tulang telapak kaki dengan jari kaki¹.

Menurut Darmawan, Peningkatan kadar asam urat dalam darah (hiperurisemia) disebabkan oleh dua keadaan yang mengganggu keseimbangan kadar purin dalam tubuh manusia, yaitu peningkatan produksi purin dan penurunan ekskresi asam urat. Peningkatan produksi purin dapat disebabkan oleh karena konsumsi makanan tinggi purin sedangkan penurunan ekskresi asam urat dapat terjadi akibat gangguan fungsi ginjal⁵.

Adapun faktor risiko yang menyebabkan orang terserang penyakit asam urat adalah usia, asupan senyawa purin berlebih, konsumsi alkohol berlebih, kegemukan, hipertensi dan penyakit jantung, obat-obatan (terutama diuretika) dan gangguan fungsi ginjal. Peningkatan kadar asam urat dalam darah atau hiperurisemia menurut suatu penelitian juga merupakan salah satu predicator kuat terhadap kematian karena kerusakan².

Berdasarkan data yang diperoleh dari WHO menyatakan penderita radang sendi di Indonesia mencapai 81% dari populasi³. Di kabupaten Sigi Provinsi Sulawesi Tengah sendiri menunjukkan angka prevalensi yang tinggi sekitar 12,10%⁹. Salah satunya masyarakat di daerah terpencil seperti Desa Bangga, Kecamatan Dolo Selatan, Isu utama yang dihadapi oleh masyarakat ini adalah tingginya angka kejadian gout, yang sering kali disebabkan oleh pola makan yang tidak sehat dan kurangnya pengetahuan mengenai asam urat. Menurut LeMone, gout terjadi akibat akumulasi kadar asam urat yang tinggi dalam darah, yang dapat dipicu oleh konsumsi makanan tinggi purin dan gaya hidup tidak sehat⁷. Fokus pengabdian masyarakat ini adalah memberikan penyuluhan tentang asam urat beserta pemeriksaan kadar asam urat secara gratis kepada masyarakat untuk mengedukasi mereka tentang pentingnya menjaga kesehatan dan pencegahan penyakit.

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Bangga, Kecamatan Dolo Selatan, Kabupaten Sigi, Provinsi Sulawesi Tengah, dengan melibatkan masyarakat setempat

sebagai subyek penelitian. Proses perencanaan dimulai dengan pendekatan kepada tokoh masyarakat dan pemerintah desa untuk mendapatkan dukungan dan izin. Selanjutnya, dilakukan diskusi untuk mengidentifikasi kebutuhan masyarakat terkait kesehatan, khususnya tentang asam urat. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi penyuluhan interaktif dan pemeriksaan kadar asam urat menggunakan alat POCT. Kegiatan dilaksanakan pada 8 Januari 2024, di balai desa, dan dihadiri oleh 15 peserta. Selama penyuluhan, materi disampaikan dengan menggunakan alat bantu presentasi, dan peserta juga dilibatkan dalam sesi tanya jawab untuk meningkatkan pemahaman. Evaluasi dilakukan setelah kegiatan untuk mengukur efektivitas penyuluhan dan pemeriksaan, dan diusulkan agar kegiatan serupa diadakan secara berkelanjutan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang Kesehatan.

3. HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Desa Bangga, Kecamatan Dolo Selatan, pada tanggal 8 Januari 2024, melibatkan penyuluhan dan pemeriksaan kadar asam urat untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang kesehatan. Kegiatan ini mencakup penyampaian materi mengenai asam urat, penyebab, gejala, dan cara pencegahan, menggunakan alat bantu visual seperti banner dan presentasi PowerPoint. Setelah penyuluhan, pemeriksaan kadar asam urat dilakukan menggunakan alat Point of Care Testing (POCT), yang memungkinkan peserta untuk mengetahui kadar asam urat mereka secara langsung. Selain itu, sesi tanya jawab memberikan kesempatan bagi peserta untuk berdialog dan mengajukan pertanyaan, sehingga tercipta interaksi yang konstruktif. Kegiatan ini tidak hanya berfokus pada penyuluhan dan pemeriksaan, tetapi juga berupaya membangun kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan. Dengan informasi yang diberikan, diharapkan masyarakat dapat membuat pilihan lebih baik terkait pola makan dan gaya hidup. Diharapkan, melalui kegiatan ini, akan muncul pranata baru dalam bentuk kelompok diskusi atau forum kesehatan yang mendorong saling berbagi informasi dan pengalaman. Selain itu, diharapkan akan terjadi perubahan perilaku, di mana masyarakat menjadi lebih sadar akan pentingnya pola makan sehat dan menghindari makanan tinggi purin, sehingga dapat mengurangi angka kejadian gout.

Kegiatan ini berjalan dengan baik dan lancar, peserta ikut aktif selama kegiatan baik saat penyuluhan dan pemeriksaan maupun saat sesi tanya jawab dengan pemateri. Dari hasil pemeriksaan berdasarkan data yang diperoleh, dari 15 responden yang terdiri dari 12 perempuan dan 3 laki-laki,

didapatkan 9 orang dengan kadar asam urat yang tinggi dan 6 orang dengan kadar asam urat normal.

Tabel. 1 Data Hasil Pemeriksaan

Jenis Kelamin	Usia	Kadar Asam Urat
P	60	9,1
P	54	5,8
P	65	3,5
P	70	6,1
P	56	7,4
P	52	8,2
P	53	7,0
P	53	5,4
P	50	6,5
P	75	5,2
P	87	5,2
P	48	6,5
L	54	9,9
L	89	8,7
L	55	7,8

Hasil data pemeriksaan dari total responden, mayoritas terdiri dari perempuan (12 dari 15 responden). Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan kadar asam urat tinggi berada pada kelompok usia yang lebih tua, dengan usia tertinggi mencapai 89 tahun. Hal ini sesuai dengan pendapat Kurniawan, bahwa Semakin bertambah usia, maka risiko memiliki kadar asam urat dalam darah juga semakin tinggi. Hal itu dikarenakan pada lansia terdapat perubahan fisik seperti fungsi ginjal menurun, fungsi tubulus berkurang, kemampuan eksresi menurun, sistem muskuloskeletal juga fungsinya akan berkurang, tulang akan kehilangan cairan dan semakin rapuh sehingga faktor ini mampu meningkatkan kadar asam urat pada lanjut usia⁶. Selain faktor usia, mengonsumsi makanan yang mengandung purin tinggi juga bisa mempengaruhi kadar asam urat seseorang. Purin berasal dari makanan yang mengandung protein, contohnya jeroan, daging, kerang, kepiting, udang emping, kacang-kacangan, bayam, kangkung, kubis, durian, nanas, tape, alkohol dan lainnya².

4. DISKUSI

Setiap orang memiliki asam urat di dalam tubuh karena pada setiap metabolisme normal dihasilkan asam urat. Asam urat yang terdapat dalam tubuh kita tentu saja kadarnya tidak boleh berlebihan. Asam urat dapat berlebih disebabkan adanya pemicu, yaitu makanan dan senyawa lain yang banyak mengandung purin. Sesungguhnya tubuh menyediakan 85% senyawa purin untuk kebutuhan setiap hari, hal ini berarti bahwa kebutuhan purin dari makanan hanya sekitar 15%².

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Desa Bangga, Kecamatan Dolo Selatan, menunjukkan hasil yang signifikan, baik dari segi partisipasi masyarakat maupun dari hasil pemeriksaan kadar asam urat. Dari 15 responden yang mengikuti kegiatan, terdapat 9 orang dengan kadar asam urat tinggi dan 6 orang dengan kadar normal. Temuan ini mencerminkan tingginya prevalensi hiperurisemia di kalangan masyarakat yang dapat disebabkan oleh pola makan tidak sehat dan kurangnya pengetahuan mengenai asam urat.

Secara teoritik, hasil pengabdian ini sejalan dengan teori kesehatan masyarakat yang menekankan pentingnya edukasi dalam pencegahan penyakit. Menurut Becker, pemahaman individu tentang kesehatan dan penyakit memengaruhi perilaku mereka dalam menjaga kesehatan⁴. Dalam konteks ini, penyuluhan yang diberikan berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang asam urat, yang diharapkan dapat memengaruhi perilaku mereka dalam memilih pola makan yang lebih sehat dan mengurangi risiko terkena gout. Dari data yang ada, terlihat bahwa responden yang memiliki kadar asam urat tinggi sering kali memiliki riwayat konsumsi makanan tinggi purin atau gaya hidup tidak sehat, yang dapat berkontribusi pada peningkatan kadar asam urat dalam darah. Misalnya, responden dengan kadar asam urat tertinggi (9,9 mg/dl) berusia 54 tahun, yang menunjukkan bahwa meskipun usia berperan, faktor pola makan dan gaya hidup juga sangat penting. Rusman, menyatakan bahwa salah satu cara untuk mengatasi penyakit gout adalah dengan mengatur jenis makanan yang boleh dimakan. Makanan mempunyai peran penting dalam produksi dan pembuangan asam urat melalui ginjal¹⁰.

5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Desa Bangga berhasil mencapai tujuan utama, yaitu meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang asam urat serta melakukan pemeriksaan kadar asam urat secara langsung. Hasil pemeriksaan menunjukkan tingginya prevalensi hiperurisemia di kalangan peserta, terutama pada kelompok usia yang lebih tua, yang

sejalan dengan teori kesehatan masyarakat yang menekankan pentingnya edukasi dalam pencegahan penyakit. Berdasarkan temuan ini, direkomendasikan agar program penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan serupa diadakan secara berkala untuk terus meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya pola makan sehat dan gaya hidup aktif. Selain itu, pembentukan kelompok diskusi atau forum kesehatan di masyarakat diharapkan dapat memfasilitasi pertukaran informasi dan pengalaman, sehingga masyarakat lebih proaktif dalam menjaga kesehatan dan mencegah penyakit asam urat di masa mendatang.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam mensukseskan kegiatan pengabdian masyarakat ini, terutama kepada Politeknik Cendrawasih Palu atas dukungan dan fasilitasnya, serta dosen dan mahasiswa yang aktif terlibat dalam penyuluhan dan pemeriksaan kadar asam urat. Kami juga mengapresiasi tokoh masyarakat dan pemerintah desa Desa Bangga yang telah memberikan izin dan dukungan penuh, serta partisipasi masyarakat yang sangat antusias. Terima kasih pula kepada semua responden yang bersedia mengikuti pemeriksaan dan berbagi pengalaman, semoga kegiatan ini memberikan manfaat yang berkelanjutan bagi kesehatan masyarakat setempat.

DAFTAR REFERENSI

- Afnuhazi, R. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gout Pada Lansia. *Jurnal Human Care*, 4(1), 34-41.
- Annita, A., & Handayani, S. W. (2018). Hubungan diet purin dengan kadar asam urat pada penderita gout arthritis. *Jurnal Kesehatan Medika Sainika*, 9(2), 68-76.
- Arjani, I. A. S., Mastra, N., & Merta, I. W. (2018). Gambaran Kadar Asam Urat Dan Tingkat Pengetahuan Lansia Di Desa Samsam Kecamatan Kerambitan Kabupaten Tabanan. *Jurnal Meditory Poltekkes Denpasar*, 6(1), 46-55.
- Becker, Howard S. (1974). *Social Psychology of Health: A Sociological Perspective*. New York: Free Press.
- Darmawan, P. S., Kaligis, S. H., & Assa, Y. A. (2016). Gambaran kadar asam urat darah pada pekerja kantor. *eBiomedik*, 4(2).
- Kurniawan, R., & Kartinah, K. (2023). Gambaran Kadar Asam Urat pada Lansia. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(1), 632-640.

- LeMone, Priscilla. 2019. "Understanding Gout: Causes and Prevention." *Journal of Health Education* 15 (3): 112-119
- Magfira, N., & Adnani, H. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik Dan Riwayat Genetik Dengan Kadar Asam Urat Di Posyandu Cinta Lansia. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 12(2), 396-403.
- Reskesdas, T. (2019). Laporan Provinsi Sulawesi Tengah Riskesdas 2018. *Riskesdas. Lembaga Penerbit Badan Litbang Kesehatan (LPB)*. <https://ejournal2.litbang.kemkes.go.id/index.php/lpb/article/view/3763>.
- Rusman, A. D. P. (2021). 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), 1-9.
- Shiyama, D. L. (2022). Gambaran Kadar Asam Urat Pada Petani Dan Buruh Tani RT. 30 RW. 07 Desa Sananrejo Kecamatan Turen. *Meditory: The Journal of Medical Laboratory*, 10(2).