

PENYULUHAN GOUT ARTHRITIS DAN PEMANFAATAN DAUN SALAM (*Eugenia polyantha* Wight) DAN JAHE PUTIH (*Zingiber officinale*) SEBAGAI PENGOBATAN TRADISIONAL KABUPATEN KERINCI

**Aisa Dinda Mitra, Miftahul Ilmi, Distia Nurhuda, Yulvi Anggriyani,
Veni Asna Dewi, Ghina Nabilla Dwi Saputri, Raihana Salsabila**

Prodi Farmasi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Harapan Ibu Jambi
distianurhuda@gmail.com.

Abstract

Gout Arthritis or uric acid is an inflammatory condition in which purine levels increase, inflammation that occurs due to purine deposition in the tissues around the joints. Bay leaves (*Eugenia polyantha* Wight.) and white ginger (*Zingiber officinale*) used contain flavonoids which can reduce uric acid levels. The purpose of community service is to provide knowledge and understanding of gout arthritis.

The research method used was pre-experimental with pretest and posttest giving Gout Arthritis leaflets and counseling was carried out by lecture method followed by question and answer. The sample used was 27 people who came. The pretest and posttest questionnaires are media for collecting data which is then analyzed using the Ms. Excel.

Based on the presentation of the level of knowledge obtained by administering the pre-test questionnaire, of the 27 respondents only 25.92% knew about gout. After providing counseling about Gout Arthritis and post-test questionnaires to determine the success of delivering information to the public, the results obtained were 96.29%.

Keywords: Gout Arthritis, Traditional Medicine, Counseling, Knowledge.

Abstrak

Gout Arthritis atau asam urat merupakan suatu kondisi inflamasi dimana kadar purin mengalami peningkatan, inflamasi yang terjadi diakibatkan deposisi purin di jaringan sekitar sendi. Daun salam (*Eugenia polyantha* Wight.) dan jahe putih (*Zingiber officinale*) yang digunakan memiliki kandungan flavonoid yang mampu menekan kadar asam urat. Tujuan pengabdian masyarakat adalah untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang penyakit gout arthritis. Metode penelitian yang digunakan ialah pre-eksperimental dengan pemberian pre-test dan pos-test diberikan juga leaflet Gout Arthritis dan penyuluhan dengan metode ceramah yang dilanjutkan dengan tanya jawab. Sampel yang digunakan sebanyak 27 orang yang datang. Kuesioner pretest dan posttest merupakan media untuk pengumpulan data yang kemudian dianalisa dengan metode Ms. Excel.

Berdasarkan presentase tingkat pengetahuan yang diperoleh pemberian kuesioner pre-test, dari 27 responden hanya 25,92% yang mengetahui terkait asam urat. Setelah pemberian penyuluhan mengenai Gout Arthritis dan kuesioner pos-test untuk mengetahui keberhasilan penyampaian informasi terhadap masyarakat didapatkan hasil sebanyak 96,29%.

Kata kunci: Gout Arthritis, Obat Tradisional, Penyuluhan, Pengetahuan.

PENDAHULUAN

Penyakit asam urat atau dalam medis sering disebut penyakit gout merupakan penyakit sendi yang

disebabkan karena adanya penumpukan kristal akibat tingginya asam urat di dalam tubuh. Kondisi ini sering terjadi pada sendi jari-jari kaki, jari tangan,

pergelangan tangan, siku, tumit, dan dengkul. Penyakit ini merupakan penyakit tidak menular namun dapat beralungsung bertahun-tahun bahkan seumur hidup. Gout (asam urat) berhubungan erat dengan gangguan metabolisme purin yang menjadi pemicu kadar peningkatan kadar asam urat dalam darah (Nurhayati, 2018). Menurut WHO kadar normal asam urat pada pria adalah 3,5 – 7 mg/dl & pada wanita 2,6 – 6mg/dl.

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh WHO pada tahun 2017, Indonesia merupakan negara terbesar ke 4 dunia yang penduduknya menderita asam urat. Menurut data Riskesdas tahun 2013, prevalensi penyakit asam urat berdasarkan diagnosa tenaga kesehatan di Indonesia adalah 11,9% dan berdasarkan diagnosa dan gejala sebesar 24,7%. Penderita asam urat pada wanita lebih banyak (8,5%) dibandingkan laki-laki (6,1%).

Dari uraian di atas, kami melakukan pengabdian kepada masyarakat Desa Koto Tengah, Kecamatan Danau Kerinci, Provinsi Jambi. Menurut data yang kami peroleh, terdapat permasalahan kesehatan di lingkungan sekitar. Ada 10 penyakit terbesar yang diderita masyarakat sekitar. Dari permasalahan tersebut, kami akan memfokuskan untuk melakukan pengkajian penyakit asam urat guna mendeteksi ada atau tidaknya penderita asam urat dikarenakan penyakit asam urat tidak termasuk kedalam penyakit terbesar, dengan cara melakukan cek kesehatan gratis penyakit asam urat dan dilanjutkan melakukan penyuluhan. Dari hasil cek kesehatan yang kami lakukan, diperoleh bahwa banyak masyarakat sekitar yang menderita penyakit asam urat. Penyakit asam urat termasuk penyakit degeneratif yang menyerang persendian, paling sering dijumpai dikalangan masyarakat

terutama lansia (Irdiansyah *et al.*, 2022).

Peningkatan kadar asam urat dalam darah merupakan salah satu indikator kuat terhadap kematian karena kerusakan kardiovaskular. Hal ini dipengaruhi karena kurangnya kesadaran masyarakat dalam memperhatikan kesehatannya (Magfira & Adnani, 2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi kadar asam urat dalam darah adalah keturunan, konsumsi pangan yang tinggi purin, konsumsi alkohol yang berlebihan, obesitas, melakukan aktivitas berat yang berlebih, serta gangguan ginjal yang dapat mengakibatkan terhambatnya pembuangan purin (Nurhamidah & Nofiani, 2015).

Pola makan dan komposisi makanan merupakan faktor utama yang berhubungan dengan kadar asam urat dalam darah. Komposisi makanan yang mengandung purin tinggi, menjadi pemicu tingginya kadar asam urat, seperti sayuran hijau, kacang-kacangan, daging merah, dll. Selain itu aktivitas fisik juga dapat mempengaruhi kadar asam urat. Aktivitas fisik seperti olahraga atau gerakan fisik dapat menurunkan ekskresi asam urat dan meningkatkan produksi asam laktat dalam tubuh. Semakin berat aktivitas fisik yang dilakukan dalam jangka waktu panjang, maka semakin banyak laktat yang di produksi. Faktor genetik juga berkontribusi terhadap tingginya asam urat. Hal ini dikarenakan adanya metabolisme yang berlebih dari purin. Faktor genetik mempengaruhi system metabolisme dalam membuang kadar asam urat didalam tubuh melalui urine (Jaliana *et al.*, 2018).

Terdapat dua terapi yang digunakan untuk menurunkan kadar asam urat dan mengurangi rasa nyeri, yaitu terapi farmakologis dan non farmakologis. Penanganan penyakit

asam urat secara farmakologis dapat diberikan Obat Anti Inflamasi Non Steroid (OAINS) seperti ibuprofen, allopurinol, dan cholicisin. Sedangkan untuk penanganan asam urat secara non-farmakologis dapat memanfaatkan bahan-bahan herbal yang telah dikenal secara turun-temurun oleh masyarakat. Penggunaan produk herbal dapat digunakan sebagai salah satu upaya dalam pencegahan dan pengobatan asam urat, diantaranya tanaman salam dan jahe. Daun salam dapat digunakan untuk pencegahan dan pengobatan asam urat karena memiliki kandungan flavonoid yang dapat menghambat kerja enzim xantin oksidase sehingga produksi asam urat berkurang, sedangkan jahe dipercaya dapat mengurangi rasa nyeri dan inflamasi pada penderita asam urat.

METODE PENELITIAN

Edukasi atau penyuluhan pada pengabdian masyarakat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penyakit asam urat. Metode pengabdian masyarakat ini ialah pre-eksperimental dengan pemberian kuesioner pre-test dan pos-test dan diberikan juga leaflet asam urat, serta penyuluhan dengan metode ceramah menggunakan power point yang disertai gambar dan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab untuk memudahkan peserta dalam memahami materi.

Adapun pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *accidental sampling* yaitu dilakukan dengan pengambilan sampel secara kebetulan atau seberapa banyak orang yang datang.

Pengabdian masyarakat ini dilakukan pada bulan Februari 2023. Penyuluhan dilakukan pada acara pengajian di rumah kepala desa Koto tengah dengan jumlah peserta 27 orang

yang selanjutnya digunakan sebagai sampel.

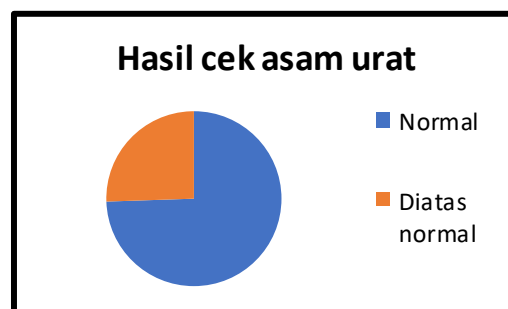
Tahapan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dimulai dengan mempersiapkan materi, leaflet, dan pembagian kuesioner pre-test dan pos-test, sedangkan tahapan pengolahan data dengan cara membuat grafik dan melihat grafik hasil dari pre-test dan pos-test presentase pengetahuan masyarakat terhadap asam urat tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan survei yang di dapat dari Puskesmas setempat terkait data penyakit terbanyak di Desa Koto Tengah Kecamatan Danau Kerinci, penyakit asam urat tidak termasuk kedalam 10 penyakit terbanyak. Oleh karena itu, kami melakukan cek kesehatan untuk mengetahui apakah penyakit asam urat tidak ada atau tidak terdeteksi sama sekali. Kegiatan cek kadar asam urat dilakukan secara door to door yang diikuti oleh 47 orang.



Gambar 1. Cek kadar asam urat



Gambar 2. Diagram cek kadar asam urat

Berdasarkan hasil yang diperoleh, dari 47 orang terdapat 35 orang (74%) yang memiliki kadar asam urat normal sedangkan 12 orang lainnya (26%) memiliki kadar asam urat diatas normal. Hal ini berarti penyakit asam urat sebelumnya tidak terdeteksi di Desa Koto Tengah Kecamatan Danau Kerinci

Ada beberapa faktor yang menyebabkan penyakit asam urat tidak terdeteksi, diantaranya masyarakat sekitar tidak melakukan cek kesehatan asam urat. Cek kesehatan secara rutin bertujuan untuk mengetahui kondisi kesehatan sehingga penyakit dapat terdeteksi sejak dini. Kemudian masyarakat kurang memiliki pengetahuan tentang penyakit asam urat. Ketika mengalami nyeri sendi, mereka hanya menganggap nyeri biasa. Umumnya, penyakit asam urat ditandai dengan nyeri sendi yang intens. Nyeri tersebut biasanya menyerang jari-jari kaki dan tangan, pergelangan kaki, pergelangan tangan, lutut, siku, dan tumit. Sendi yang terkena biasanya mengalami peradangan sehingga bisa menyebabkan pembengkakan dan sulit menggerakkan persendian secara normal. Selain itu, masyarakat juga kurang menerapkan pola hidup sehat, seperti sering melakukan aktivitas berat, kurang berolahraga, dan tidak memperhatikan makanan yang dikonsumsi, contohnya terlalu banyak mengkonsumsi sayuran hijau tinggi purin yang dapat menyebabkan tingginya kadar asam urat di dalam tubuh. Dengan terdeteksinya penyakit asam urat melalui cek kesehatan ini, selanjutnya kami melanjutkan untuk melakukan penyuluhan asam urat guna menambah pengetahuan atau informasi masyarakat sekitar mengenai penyakit asam urat sehingga asam urat bisa ditangani dengan baik.

Penyuluhan asam urat dilakukan

dengan metode ceramah dengan menampilkan materi menggunakan power point dan dilanjutkan dengan tanya jawab. Metode tersebut dinilai efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman seseorang.

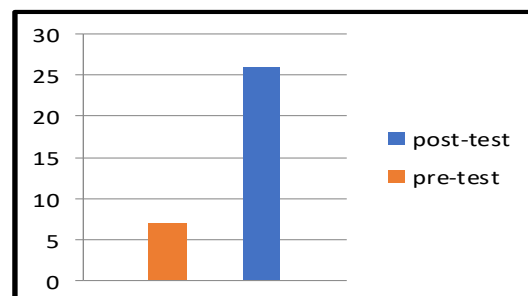


Gambar 3. Penyuluhan asam urat

Kegiatan ini diikuti sebanyak 27 peserta yang terdiri dari lansia dan orang dewasa. Terlebih dahulu peserta diberikan kuesioner untuk melakukan pre-test sebelum diberikan materi dan akan dilanjutkan dengan melakukan post-test setelah menerima materi.



Gambar 4. Pemberian kuesioner



Gambar 5. Grafik hasil pengetahuan responden

Berdasarkan persentase tingkat pengetahuan responden tentang asam urat, dari 27 responden sebanyak 26 orang responden menunjukkan peningkatan pengetahuan tentang asam urat setelah dan sebelum penyuluhan, sedangkan 1 orang tidak mengalami peningkatan. Tingkat pengetahuan dibagi atas dua kategori, yaitu baik dan kurang. Kategori baik jika responden mampu menjawab 70%-100% dan kurang ketika responden benar menjawab 0%-60%. Kuesioner pre-test dan pos-test terdapat 10 pertanyaan tentang pengetahuan asam urat. Perhitungan persentase dihitung berdasarkan seberapa banyak yang menjawab benar dari responden.

Berdasarkan grafik hasil pengetahuan responden, menunjukkan adanya perubahan sebaran tingkat pengetahuan responden. Dari 27 responden hanya 25,92% yang mengetahui terkait asam urat. Setelah dilakukan penyuluhan, diberikan lagi kuesioner (posttest) untuk mengetahui keberhasilan masyarakat dalam mendengarkan informasi terkait asam urat. Dari hasil pos-test tersebut, didapatkan hasil bahwa sebanyak 96,29% telah mengetahui terkait asam urat. Hasil ini menunjukkan penyuluhan kesehatan penyakit asam urat (gout arthritis) merupakan suatu gambaran kegiatan yang dapat memberikan pengaruh terhadap pengetahuan seseorang, baik mengenai gejala penyakit gout maupun pencegahan dari penyakit gout itu sendiri. Dengan demikian, dapat dibuktikan bahwa terdapat pengaruh pemberian penyuluhan terhadap sebaran tingkat pengetahuan asam urat pada masyarakat Desa Koto Tengah, Kecamatan Danau Kerinci.

Perubahan gaya hidup diyakini dapat membantu menurunkan resiko penyakit asam urat, seperti berolahraga

secara teratur untuk menjaga berat badan tetap ideal karena berat badan yang berlebih dapat meningkatkan kadar asam urat dalam tubuh serta memberi lebih banyak tekanan pada persendian. Selain itu, membatasi mengkonsumsi makanan dan minuman tinggi purin juga dapat membantu menurunkan resiko tingginya kadar asam urat dalam tubuh. Adapun makanan yang sebaiknya dikonsumsi untuk mencegah atau menurunkan resiko penyakit asam urat, yaitu berbagai makanan yang mengandung sumber karbohidrat, seperti nasi, bihun, jagung, kentang, singkong, ubi, roti, telur maupun susu dan juga berbagai macam jenis sayuran rendah purin, seperti tomat, selada, wortel, timun, terong, kacang panjang, lobak, dan pare. Sedangkan makanan yang dihindari yaitu daging merah, jeroan, bayam, asparagus, jamur, seafood (kerang, udang, ikan teri, kepiting, lobster, sarden).

Asam urat adalah asam yang berbentuk kristal-kristal yang merupakan hasil akhir dari metabolisme purin. Asam nukleat yang terdapat didalam inti sel tubuh merupakan salah satu komponen yang terdapat dalam kandungan purin dan ini dapat menyebabkan terjadinya asam urat (Nurhamidah & Nofiani, 2015). Asam urat merupakan penyakit inflamasi yang menyerang persendian karena adanya penumpukan berlebih kristal monosodium urat disekitar persendian (Zahara, 2013). Kristal-kristal inilah yang akan menyebabkan peradangan atau inflamasi sehingga terjadilah nyeri hebat. Jika tidak diobati, endapan kristal tersebut akan menyebabkan kerusakan pada sendi dan jaringan lunak. (Ningtiyas & Ramadhian, 2016).

Penggunaan produk herbal dapat digunakan sebagai salah satu upaya dalam pencegahan dan pengobatan

suatu penyakit. Meningkatnya kesadaran masyarakat tentang kesehatan, akan mempengaruhi penggunaan obat herbal yang berasal dari tanaman yang ada disekitar masyarakat. Produk dari tanaman herbal ini harus bebas dari bahan-bahan berbahaya yang pengolahannya dilakukan ramah lingkungan. Penggunaan produk herbal ini juga dimaksudkan karena sedikitnya kandungan zat kimia berbahaya dalam tanaman herbal dibandingkan dengan obat kimia yang dipasarkan. Salah satu tanaman herbal yang dapat digunakan adalah tanaman Salam (*Eugenia polyantha Wight*). Bagian tanaman yang digunakan adalah daun yang masih segar yang kemudian dikeringkan. Daun salam (*Eugenia polyantha Wight*) dipercaya dapat digunakan untuk pencegahan dan pengobatan asam urat karena memiliki kandungan flavonoid yang dapat menghambat kerja enzim xantin oksidase sehingga produksi asam urat berkurang. Selain sebagai pengobatan asam urat, daun salam juga dapat digunakan sebagai obat kolesterol, kencing manis, hipertensi, sakit maag, maupun diare (Ningtiyas & Ramadhian, 2016).

Pada pengabdian masyarakat kali ini, kami mengkombinasikan Daun Salam (*Eugenia polyantha Wight*) dan Jahe (*Zingiber officinale*) dalam bentuk teh celup. Jahe (*Zingiber officinale*) efektif meredakan nyeri karena asam urat sekaligus memperlancar peredaran darah. Selain dapat meredakan nyeri asam urat, penambahan jahe juga digunakan sebagai perasa alami dari kandungan oleoresin untuk menutupi rasa hambar yang dihasilkan oleh daun salam.

KESIMPULAN

Sebelum dilakukan cek kesehatan, penyakit asam urat belum

terdeteksi di lingkungan sekitar. Namun, setelah dilakukan cek kesehatan, sebanyak 12 orang dari 47 orang memiliki kadar asam urat diatas normal. sedangkan 35 lainnya memiliki kadar asam urat normal. Adanya masyarakat yang menderita asam urat dikarenakan masyarakat kurang memperhatikan pola hidup dan makanan yang dikonsumsi. Dengan terdeteksinya penyakit asam urat ini, selanjutnya diberikan penyuluhan terkait penyakit asam urat. Terdapat pengaruh pemberian penyuluhan terhadap sebaran tingkat pengetahuan asam urat dan penggunaan produk herbal Daun Salam (*Eugenia polyantha Wight*.) dan jahe (*Zingiber officinale*) pada masyarakat Desa Koto Tengah, Kecamatan Danau Kerinci. Pada sebaran tingkat pengetahuan responden, menunjukkan adanya perubahan. Dari 27 responden hanya 25,92% yang mengetahui terkait asam urat sebelum diberikan penyuluhan dan setelah diberikan penyuluhan mengalami peningkatan menjadi 96,29%.

DAFTAR PUSTAKA

- Irdiansyah, I., Saranani, M., & Putri, L. A. R. (2022). Pengaruh Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat pada Penderita Gouth Arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Bone Rombo Kabupaten Buton Utara. *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, 02.
- Jaliana, Suhadi, & Muh.Seti, L. . (2018). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Asam Urat pada Usia 20-44 Tahun Di Rsud Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 1-13.

- 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.
- Ningtiyas, I. F., & Ramadhian, M. R. (2016). Efektivitas Ekstrak Daun Salam untuk Menurunkan Kadar Asam Urat pada Penderita ArthritisGout. 5(September), 105–110.
- Nurhamidah, & Nofiani, S. (2015). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Asam Urat pada Pasien Rawat Jalan Di Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi Tahun 2015. 1–13.
- Nurhayati. (2018). Hubungan Pola Makan dengan Terjadinya Penyakit Gout (Asam Urat) di Desa Limran Kelurahan Pantoloan Boya Kecamatan Taweli. *Jurnal KESMAS*, 7(6).
- Riskesdas (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Zahara, R. (2013). Arthritis Gout Metakarpal dengan Perilaku Makan Tinggi Purin Diperberat oleh Aktifitas Mekanik pada Kepala Keluarga Dengan Posisi Menggenggam Statis. 1, 67–76.