

---

## DETEKSI DINI DAN PENDIDIKAN KESEHATAN PENCEGAHAN *GOUT* ARTHRITIS PADA KELOMPOK PRALANSIA

Ani Nuraeni<sup>1</sup>, Zahri Darni<sup>2</sup>

Program Studi Diploma III Keperawatan, STIKes Fatmawati

<sup>1</sup>aniharris753@gmail.com, <sup>2</sup>zahridarni@gmail.com

### ABSTRACT

*Gout is the inflammation of the joints due to deposit of uric acid crystals in the joints. Increased level of uric acid in the body can be caused by various factors including consuming high protein, alcohol and obesity. One of intervention to prevent this disease in the society is to do early detection of uric acid level and conduct health education among society. This activity will be conducted in the pre-elderly group in RT 10 RW 02 Pondok Labu Village. The purpose of this activity is to increase the knowledge of the pre-elderly group about gout arthritis and its prevention. Thus, the awareness level of the pre-elderly group will be increased and they have ability to prevent gout arthritis better. This activity was conducted by two lecturers and students from Fatmawati Nursing School and Health Sciences in Friday, 22<sup>nd</sup> April 2022 with the total participants 14 pre-elderly peoples. The implementation of health education to the pre-elderly peoples used flipchart and leaflet media. The results of this activity were found 8 persons has high uric acid level. Before health education given by lecturers and students, the level knowledge of the participants was 42.9%, and increased to 71.4% after received the health education. The conclusion of this activity is the early detection of uric acid level and the level of knowledge among pre-elderly groups. There is an increase of knowledge after health education given showed that health education is effective method to increase the knowledge.*

**Keywords:** *gout arthritis, health education, uric acid*

### ABSTRAK

Gout merupakan peradangan pada sendi akibat adanya endapan kristal asam urat pada sendi. Peningkatan kadar asam urat dalam tubuh dapat disebabkan oleh berbagai faktor diantaranya adalah mengonsumsi tinggi protein, alkohol dan obesitas. Salah satu cara untuk pencegahan penyakit tersebut adalah dengan melakukan deteksi dini kadar asam urat dan melakukan pendidikan kesehatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada kelompok pralansia di RT 10 RW 02 Kelurahan Pondok Labu. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah untuk meningkatkan pengetahuan kelompok pralansia tentang penyakit gout arthritis dan pencegahannya sehingga meningkatkan kesadaran kelompok pralansia untuk melakukan deteksi secara dini dan melaksanakan berbagai upaya pencegahan gout arthritis. Kegiatan ini dilakukan oleh dosen dan mahasiswa yang dilaksanakan pada hari Jumat tanggal 22 April 2022 bertempat di RT 10 RW 02 Kelurahan Pondok Labu terhadap 14 orang kelompok pralansia. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan metode penyuluhan kesehatan dengan media *flipchart* dan *leaflet*. Hasil dari kegiatan ini adalah teridentifikasi 8 orang mempunyai kadar asam urat tinggi dan setelah diberikan pendidikan kesehatan terjadi peningkatan pengetahuan dengan kategori baik dari 42,9% menjadi 71,4%. Kesimpulan dari kegiatan pengabdian ini adalah terdeteksinya kelompok pralansia yang mengalami peningkatan kadar asam urat dan adanya peningkatan pengetahuan.

**Kata kunci:** asam urat, gout arthritis, pendidikan kesehatan

## I. PENDAHULUAN

Gout arthritis merupakan penyakit metabolic yang disebabkan oleh kelebihan kadar senyawa urat di dalam tubuh, baik karena produksi berlebih, eliminasi yang kurang atau peningkatan asupan purin (Chang et al., 2010). Penyakit yang ditandai dengan serangan mendadak dan berulang pada sendi dengan ditandai adanya arthritis yang terasa sangat nyeri karena adanya endapan kristal monosodium urat yang mengumpul di dalam sendi sebagai akibat tingginya kadar asam urat dalam darah (hiperurisemia). Peradangan sendi pada gout bersifat menahun dan terjadi serangan berulang, akibatnya sendi bisa menjadi bengkok atau cacat. Gout merupakan suatu penyakit dengan kecenderungan adanya peranan faktor keturunan, menyerang pria dewasa lebih sering dibandingkan wanita (Junaidi, 2020).

Menurut WHO (2016, dalam Dzakiyyah, 2022), sekitar 47.150 orang di seluruh dunia menderita asam urat, dengan perkiraan prevalensi 13,6/100.000 penduduk di Amerika Serikat. Hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2013, prevalensi gangguan sendi berdasarkan diagnosis oleh tenaga kesehatan di Indonesia sebesar 11,9%, namun prevalensi ini mengalami penurunan pada tahun 2018 menjadi 7,3%. Prevalensi penyakit sendi di DKI Jakarta pada tahun 2018 sebesar 6,76% dan berada pada urutan ke 17 di Indonesia (Balitbangkes, 2019).

Tanda dan gejala yang dialami pada penderita asam urat sering tidak disadari. Akibatnya, banyak penderita yang baru mengetahui setelah kondisi menjadi kronis, sehingga pengobatannya menjadi lebih sulit dan memerlukan biaya banyak. Pada gejala awal biasanya penderita mengalami serangan pada sendi yang khas selama beberapa hari. Jarak antara peradangan yang satu ke peradangan berikutnya menjadi lebih sering dan lebih panjang, ditambah sendi yang terserang juga lebih banyak. Setelah mengalami gangguan dan gejala menengah selama kurang lebih 10 tahun, biasanya penderita akan mendapatkan benjolan-benjolan di sekitar sendi yang sering meradang. Benjolan ini disebut *tofus*, yaitu serbuk seperti bubuk kapur yang merupakan kumpulan kristal monosodium. Tofus ini akan menyebabkan kerusakan pada sendi dan tulang di sekitarnya (Savitri, 2021).

Hasil pengkajian awal yang diperoleh dari catatan kunjungan pralansia di

Posbindu PTM di RW 02 Kelurahan Pondok Labu didapatkan data sebagian besar pralansia menderita gout, dan terdapat beberapa pralansia yang tidak berobat ke fasilitas kesehatan. Hasil wawancara pada kelompok pralansia menyatakan tidak minum obat secara rutin, masih sering mengonsumsi makanan tinggi purin dan jarang melakukan aktifitas fisik atau olahraga. Berdasarkan hal tersebut maka dibutuhkan peran perawat untuk meningkatkan kesadaran pralansia akan pentingnya pemeriksaan kesehatan dan melakukan upaya pencegahan gout arthritis melalui pendidikan kesehatan.

Pendidikan kesehatan merupakan proses perubahan perilaku individu secara dinamis, dimana perubahan tersebut bukan sekedar proses transfer pengetahuan dari seseorang ke orang lain. Tetapi perubahan itu terjadi karena adanya kesadaran diri individu, kelompok atau masyarakat untuk mempelajarinya. Pendidikan kesehatan merupakan upaya agar masyarakat berperilaku dengan cara mengajak, menghimbau, memberikan informasi, dan memberikan kesadaran (Notoatmodjo, 2012).

## **II. TARGET DAN LUARAN**

Target luaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah teridentifikasi hasil pemeriksaan asam urat, meningkatnya pengetahuan kelompok pralansia tentang penyakit gout arthritis dan pencegahannya sehingga meningkatkan kesadaran kelompok pralansia untuk melakukan deteksi secara dini dan melaksanakan berbagai upaya pencegahan gout arthritis. Target luaran lainnya adalah publikasi jurnal ilmiah pengabdian kepada masyarakat yang ber ISSN.

## **III. METODE PELAKSANAAN**

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) dilaksanakan melalui tahapan persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Pada tahap persiapan tim pelaksana PkM yang terdiri dari dosen dan mahasiswa menyusun proposal kegiatan untuk diajukan kepada UPPM. Setelah mendapatkan persetujuan kegiatan selanjutnya tim pelaksana PkM melakukan proses perizinan, menyiapkan materi, membuat media penyuluhan berupa *flipchart* dan *leaflet*, menyiapkan alat dan bahan untuk melakukan pemeriksaan kesehatan serta format dokumentasi yang dibutuhkan. Tahap berikutnya adalah tahap pelaksanaan, dimana kegiatan PkM ini telah dilaksanakan pada hari

Jumat tanggal 22 April 2022 bertempat di RT 10 RW 02 Kelurahan Pondok Labu dengan target sasaran kelompok pralansia sebanyak 14 orang. Pada tahap ini diawali dengan pemeriksaan kesehatan, memberikan soal pretest dan dilanjutkan dengan melakukan pendidikan kesehatan mengenai penyakit gout arthritis dan pencegahannya. Tahap ketiga adalah evaluasi untuk mengukur pencapaian tujuan kegiatan dengan memberikan soal pretest. Setelah pelaksanaan kegiatan, tim pelaksana PkM menyusun laporan kegiatan dan diserahkan kepada UPPM sebagai bukti pertanggungjawaban kegiatan.

#### IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat didapatkan gambaran karakteristik data kelompok pralansia sebagai sasaran kegiatan PkM diuraikan pada tabel 1 di bawah ini:

Tabel 1  
Karakteristik Sasaran Kegiatan (Kelompok Pralansia)

Variabel	F	%	N
<b>Usia</b>			
45 – 55 tahun	9	64,3	14
56 – 65 tahun	4	28,6	
>65 tahun	1	7,1	
<b>Pendidikan</b>			
SD	3	21,4	14
SMP	4	28,6	
SMA	6	42,9	
Sarjana	1	7,1	
<b>Suku</b>			
Betawi	4	28,6	14
Jawa	10	71,4	
<b>Kadar Asam Urat</b>			
Normal	6	42,9	14
Tinggi	8	57,1	

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan sebagian besar sasaran kegiatan berusia 45 – 55 tahun sebanyak 9 orang (64,3%), tingkat pendidikan sebagian besar tamat SMA sebanyak 6 orang (42,9%), dan sebagian besar sasaran berasal dari suku Jawa sebanyak 10 orang (71,4%). Hasil pemeriksaan kadar asam urat menunjukkan sebagian besar dalam katagori tinggi sebanyak 8 orang (57,1%).

Evaluasi tingkat pengetahuan kelompok pralansia sebagai peserta sasaran diukur dengan memberikan soal pretest dan posttest. Adapun hasil evaluasi tingkat pengetahuan diuraikan dalam tabel 2 berikut ini:

Tabel 2  
Evaluasi Tingkat Pengetahuan Kelompok Pralansia

Tingkat Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	F	%	F	%
Kurang	8	57,1	4	28,6
Baik	6	42,9	10	71,4
<b>Total</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>14</b>	<b>100</b>

Tabel 2 menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan. Sebelum diberikan pendidikan kesehatan, kelompok pralansia yang memiliki pengetahuan baik hanya 6 orang (42,9%), namun setelah diberikan pendidikan kesehatan terjadi peningkatan pengetahuan katagori baik menjadi 10 orang (71,4%).

Gout arthritis merupakan penyakit degenerative yang lebih banyak menyerang pada usia lanjut. Semakin bertambahnya usia kadar asam urat di dalam darah semakin bertambah sehingga akan membentuk menyerupai kristal. Penyakit gout arthritis umumnya berkembang pada saat umur seseorang mencapai paruh baya yakni cenderung meningkat khususnya yang berusia lebih dari 40 tahun bahkan pada usia lebih dari 60 tahun keatas. Dalam penelitian Andry, Saryono, dan Upoyo (2009) menuliskan bahwa enzim urikinase yang mengoksidasi asam urat menjadi alotonin yang mudah dibuang akan menurun seiring dengan bertambah tuanya umur seseorang. Jika pembentukan enzim ini terganggu maka kadar asam urat darah menjadi naik. Hal ini sesuai dengan hasil pemeriksaan kadar asam urat pada kegiatan PkM yang menemukan bahwa sebagian besar target sasaran yang menderita gout berusia 45 – 55 tahun sebanyak 9 orang (64,3%). Hasil temuan ini sejalan dengan penelitian Sueni et al. (2021) diketahui bahwa penderita gout arthritis berdasarkan umur terbanyak yaitu 46 – 50 tahun sebanyak 14 orang (38,9%). Hasil penelitian Fadlilah dan Sucipto (2018) terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan

kadar asam urat. Semakin tinggi usia didapatkan kadar asam urat semakin tidak normal.

Pendidikan kesehatan merupakan pemberian informasi kesehatan sebagai upaya promosi kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, perubahan sikap dan perubahan perilaku menjadi lebih sehat. Melalui kegiatan penyuluhan kesehatan ini kelompok pralansia mulai memahami pentingnya melakukan deteksi dini dengan rutin memeriksakan diri baik ke Posbindu PTM yang diadakan setiap bulan di wilayahnya maupun ke puskesmas terdekat selain itu pralansia juga sudah memahami penyakit gout dan pencegahannya hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan. Hal ini sejalan dengan Utomo (2015) yang membuktikan adanya pengaruh pemberian pendidikan kesehatan asam urat terhadap pengetahuan dan sikap penderita asam urat. Lumintang (2022) juga telah membuktikan adanya peningkatan pengetahuan responden yang signifikan sebesar 80% dengan hasil akhir terdapat pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan pasien tentang diet gout arthritis.

Pendidikan kesehatan adalah upaya pembelajaran kepada masyarakat agar masyarakat mau melakukan tindakan-tindakan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatannya. Perubahan atau tindakan pemeliharaan dan peningkatan kesehatan yang dihasilkan oleh pendidikan kesehatan ini didasarkan pada pengetahuan dan kesadarannya melalui proses pembelajaran. Sehingga perilaku tersebut dapat berlangsung lama karena didasari oleh kesadaran (Notoatmodjo, 2010).

Berikut adalah dokumentasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan:



Gambar 1. Kegiatan Pemeriksaan Kesehatan (Deteksi Kadar Asam Urat)



Gambar 2. Kegiatan Pendidikan Kesehatan kepada Kelompok Pralansia

## V. SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah berjalan dengan lancar dan target luaran telah tercapai yaitu terdeteksinya kelompok pralansia yang mengalami peningkatan kadar asam urat dan adanya peningkatan pengetahuan tentang gout arthritis dan pencegahannya setelah diberikan pendidikan kesehatan. Dengan adanya bekal pengetahuan ini, kelompok pralansia dapat meningkatkan kesadaran untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin sebagai upaya mendeteksi kadar asam urat dan menerapkan upaya pencegahan gout arthritis di rumah sehingga dapat mencegah komplikasi lanjut yang dapat ditimbulkan akibat tidak diatasinya gout arthritis dengan tepat.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada pihak-pihak yang telah membantu terselenggaranya kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu Ketua STIKes Fatmawati, dan Ketua UPPM yang telah memberikan izin dan dukungan dana untuk penyelenggaraan kegiatan, Ketua RW 02 Kelurahan Pondok Labu, Ketua RT 10 RW 02 Kelurahan Pondok Labu yang telah memberikan izin kegiatan dan memfasilitasi tempat pelaksanaan kegiatan, serta kelompok pralansia yang telah berpartisipasi aktif mengikuti kegiatan, dan kepada semua pihak yang terkait lainnya yang telah membantu dan mendukung kelancaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

### DAFTAR PUSTAKA

- Andry, Saryono, & Upoyo, A. S. (2009). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kadar Asam Urat Pada Pekerja Kantor Di Desa Karang Turi. *The Soedirman Journal of Nursing*, 4(1), 26–31.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2019). *Laporan Nasional RISKESDAS 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Chang, E., Daly, J., & Elliott, D. (2010). *Patofisiologi: Aplikasi pada Praktik Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Fadlilah, S., & Sucipto, A. (2018). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kadar Asam Urat Pada Masyarakat Dusun Demangan Wedomartani, Ngemplak, Sleman, Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 5(1), 295–301.
- Junaidi, I. (2020). *Mencegah & Mengatasi berbagai Penyakit Sendi - asam urat, reumatik, dan penyakit sendi lainnya* (1). Rapha Publishing
- Lumintang, C. T. (2022). Peningkatan Pengetahuan tentang Diet Gout Arthritis Melalui Pendidikan Kesehatan. *Jurnal Indah Sains Dan Klinis*, 2(3), 52–57. <https://doi.org/10.52622/jisk.v2i3.38>
- Notoatmodjo, S. (2010). *Promosi Kesehatan: Teori & Aplikasi*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.



- Savitri, D. (2021). *Cegah Asam Urat dan Hipertensi*. Yogyakarta: Penerbit Anak Hebat Indonesia
- Sueni, Haniarti, & 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. <http://jurnal.umpar.ac.id/index.php/makes>
- Utomo, W. S. (2015). *Pengaruh Pemberian Pendidikan Kesehatan Asam Urat Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Penderita Asam Urat Di Wilayah Kerja Puskesmas Gatak Sukoharjo*.