

EFEKTIFITAS REBUSAN DAUN SALAM TERHADAP PENURUNAN ASAM URAT DI DESA PENERKECAMATAN PANGKAH KABUPATEN TEGAL TAHUN 2013

Wiet Rizwijaya¹⁾ Vina Erviana²⁾

^{1,2}. Prodi S1 Keperawatan STIKes Bhakti Mandala Husada Slawi, Tegal, Jawa Tengah, Indonesia

ABSTRAK

Penyakit Asam urat yang dikenal sebagai penyakit *gout* adalah penyakit yang diakibatkan karena penimbunan kristal *monosodium* asam urat di dalam tubuh. Asam urat merupakan kristal – kristal yang berbentuk sebagai hasil metabolisme zat *purin*, bentuk turunan dari *nukleoprotein*. Gangguan asam urat disebabkan oleh tingginya kadar asam urat di dalam darah, yang menyebabkan terjadinya penumpukan kristal di daerah persendian sehingga menimbulkan rasa sakit. Salah satu cara untuk menurunkan kadar asam urat dengan mengkonsumsi rebusan daun salam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat di Desa Pener tahun 2013. Alat pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi. Data dianalisis secara univariat dalam bentuk tabel frekuensi dan secara bivariat dengan menggunakan uji *Paired-Sampel t test*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keberhasilan rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat Di Desa Pener Kecamatan Pangkah Kabupaten Tegal dalam mengkonsumsi rebusan daun salam sebanyak (18 orang) mengalami penurunan dan yang tidak berhasil dalam melakukan penurunan kadar asam urat sebanyak (6 orang).

Kesimpulan penelitian ini menunjukkan ada pengaruh rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat di Desa Pener 2013 yang ditandai dengan nilai signifikansi sebesar $0,00 < \text{taraf signifikan } 0,05$.

Penelitian ini dapat dijadikan bahan untuk mencari penanganan lain dalam menurunkan kadar asam urat selain menggunakan rebusan daun salam.

Kata kunci: *Efektifitas rebusan daun salam terhadap penurunan asam urat*

Kepustakaan : 20 (2003-2013)

EFFECTIVENESS LEAF DECOCTION URIC ACID GREETINGS TO DECREASE IN THE VILLAGE PENER SUB PANGKAH DISTRICT TEGAL OF 2013

ABSTRACT

Uric acid disease known as *gout* is a disease which is caused due to accumulation of *monosodium* uric acid crystals in the body. Uric acid is a crystal - crystal shaped as a result of purine metabolism, derivative form of the nucleoprotein. Uric acid disorder caused by high levels of uric acid in the blood, which causes the buildup of crystals in the joints, causing pain.

One way to lower uric acid levels by eating a bay leaf decoction. This study aims to determine the effectiveness of bay leaf decoction to decrease uric acid levels in the Village airline in 2013. Data collection tool used in this study is the observation sheet. Data were analyzed using univariate in the form of tables and bivariate frequency using Paired-Samples T Test.

The results showed that the success of the decoction of leaves to decrease uric acid levels in the Village Pener sub Pangkah district Tegal regency in bay leaf decoction consume as many (18 people) has decreased and that did not succeed in doing as much uric acid levels drop (6 people).

Conclusion This study showed no effect of decoction of leaves to decrease uric acid levels in 2013, which marked the Village airline with a significance value of $0.00 < 0.05$ significance level.

This research can be used to search for other handing in reducing uric acid other bay leaf decoction.

Keywords: *Effectiveness bay leaf decoction to decrease uric acid*

Bibliography : 20 (2003-2013)

PENDAHULUAN

Penyakit Asam urat yang dikenal sebagai penyakit *gout* adalah penyakit yang

diakibatkan karena penimbunan kristal *monosodium* asam urat di dalam tubuh. Asam urat merupakan kristal – kristal yang berbentuk sebagai hasil metabolisme zat *purin*, bentuk

turunan dari *nukleoprotein*. *Purin* merupakan salah satu komponen asam nukleat yang terdapat pada inti sel semua makhluk hidup. *Purin* terdapat dalam tubuh kita, terdapat juga pada makanan yang berasal dari hewan dan tumbuhan (daging, jeroan, sayur, buah, kacang, dsb). Saat kita mengonsumsi makanan yang berasal dari tubuh makhluk hidup, zat *purin* yang terkandung di dalamnya ikut berpindah ke dalam tubuh kita, makanan yang masuk akan diolah tubuh, melalui proses metabolisme dan menghasilkan asam urat. Jadi setiap orang punya kadar asam urat dalam tubuh. Penyakit asam urat terjadi jika kadar asam urat berlebihan (karena *purin* yang masuk terlalu banyak).

Tubuh manusia sudah menyediakan 85% senyawa *purin* untuk kebutuhan sehari-hari, yang berarti kebutuhan *purin* dari makanan hanya sekitar 15%. Dalam kondisi normal, asam urat yang dihasilkan akan dikeluarkan oleh tubuh dalam bentuk urine dan feses (tinja / kotoran). Proses pembuangan ini diatur oleh ginjal, yang berfungsi mengatur kestabilan kadar asam urat dalam tubuh. Namun jika kadar asam urat berlebih, ginjal tidak mampu mengaturnya sehingga kelebihan kristal asam urat akan menumpuk pada sendi dan jaringan. Ini sebabnya persendian kita terasa nyeri dan bengkak. (Anto Palutu, 2012).

Di Indonesia, penyakit radang sendi yang dikenal dengan nama *arthritis gout* (asam urat) pertama kali diteliti oleh seorang dokter Belanda, (dr. Van den Host, pada tahun 1935). Saat itu ia menemukan 15 kasus *gout* berat pada masyarakat kurang mampu di Jawa. Hasil penelitian tahun 1988 oleh dr. Jhon Darmawan di Bandung, Jawa Tengah, menunjukkan, di antara 4.683 orang berusia 15 – 45 tahun yang diteliti 0,8% menderita asam urat tinggi (1,7% pria dan 0,5% wanita di antara mereka sudah sampai pada tahap *gout Arthritis*). (<http://www.bintangmawar.net>). Di Indonesia, penyakit radang sendi yang dikenal dengan nama *arthritis gout* (asam urat) pertama kali diteliti oleh seorang dokter Belanda, (dr. Van den Host, pada tahun 1935). Saat itu ia menemukan 15 kasus *gout* berat pada masyarakat kurang mampu di Jawa. Hasil penelitian tahun 1988 oleh dr. Jhon Darmawan di Bandung, Jawa Tengah, menunjukkan, di antara 4.683 orang berusia 15 – 45 tahun yang diteliti 0,8% menderita asam urat tinggi (1,7% pria dan 0,5% wanita di antara mereka sudah sampai pada tahap *gout Arthritis*). (<http://www.bintangmawar.net>).

Berdasarkan survei 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 di bawah usia 34 tahun. Di Indonesia sendiri, asam urat banyak dijumpai pada etnis Minahasa, Toraja, dan Batak. Prevalensi tertinggi terdapat pada penduduk pantai dan yang paling tinggi yaitu di daerah Manado - Minahasa, ini dikarenakan kebiasaan mereka mengonsumsi alkohol dalam jumlah besar. Angka kejadian asam urat di Minahasa sebesar 29,2% pada tahun 2003. (<http://maulanusantara.wordpress>) Populasi dalam penelitian ini sangat kecil, yaitu sebanyak 24, maka cara pengambilan sampel dengan mengambil semua jumlah populasi. Jadi berdasarkan teknik diatas, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 24. Teknik sampling yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah sampling jenuh / total sampling dengan cara mengambil semua populasi menjadi sampel yaitu orang yang menderita asam urat dengan tingkat usia 30 – 60 tahun yang memiliki nilai kadar asam urat diatas 7 mg/dl pada pria dan diatas 6 mg/dl pada wanita.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian ini menggunakan rancangan *quesi eksperimen* dengan *one group pretest posttest*. ini dilakukan untuk menguji perubahan yang terjadi sebelum dan sesudah adanya *treatment* (Arikunto, 2010).

Analisis yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan dan berkorelasi (Notoatmodjo, 2010). Dua variabel tersebut adalah perlakuan pemberian rebusan daun salam terhadap penurunan asam urat. rumus analisa dengan melakukan uji stastitik dengan uji t-paired. Uji t-paired untuk mengetahui kadar asam urat sebelum dan sesudah pemberian rebusan daun salam.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa jenis kelamin yang menderita asam urat laki – laki yaitu sebanyak 15 orang (62,5%) dan jenis kelamin perempuan berjumlah 9 orang (37,7%). Tingkat umur responden yang paling sedikit jumlahnya adalah pada usia 30 tahun - 40 tahun yaitu 6 orang (25%) dan yang paling banyak usia 40 tahun - 50 tahun yaitu 10 orang (41.7%). Tingkat pekerjaan yang paling besar adalah petani dengan jumlah 13 orang (54.17%) dan yang paling sedikit adalah Tidak bekerja (8,33%). tingkat pendidikan responden paling tinggi jumlahnya adalah tingkat SMP sebanyak 10 orang (41,67%) dan yang paling rendah tidak sekolah yang berjumlah 2 orang (8,33%).

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang yang mengkonsumsi rebusan daun salam di Desa pener kecamatan pangkah kabupaten Tegal sebanyak 24 orang (100%) dan yang tidak mengkonsumsi rebusan daun salam tidak ada atau (0%). Hal ini dilakukan untuk mengetahui adanya pengaruh efektivitas rebusan daun salam untuk menurunkan kadar asam urat. Asam urat secara umum didefinisikan sebagai peningkatan kadar asam urat lebih dari 7 mg/dl pada pria dan 6 mg/dl pada wanita. (Mutia Sari, 2010). Hal ini sangat terbukti saat dilakukan pengecekan kadar asam urat di Desa Pener Kecamatan Pangkah Kabupaten Tegal pada tabel 4.6 rerata kadar asam urat sebelum perlakuan menunjukkan 8.78 mg/dl, dengan kadar asam urat tertinggi 12 mg/dl dan kadar asam urat terendah 6.8 mg/dl. dengan kata lain semua responden mengalami asam urat. Saat dilakukan wawancara dengan masyarakat ternyata responden masih sering mengkonsumsi makanan seperti jeroan, daging, emping serta meminum kopi pada pagi hari. Mayoritas masyarakat belum mengerti tentang manfaat daun salam sebagai terapi pengobatan tradisional untuk menurunkan kadar asam urat, masyarakat lebih mengetahui buah kersem untuk menurunkan kadar asam urat tetapi sulit di peroleh karena tidak adanya pohon kersem di daerah tersebut. Daun salam bukanlah daun yang asing di masyarakat karena hampir setiap hari daun salam di manfaatkan untuk memasak dan sangat mudah di dapatkan di penjual sayuran. Akan tetapi masyarakat belum mengetahui manfaat yang terkandung dalam daun salam, daun salam dapat digunakan sebagai pengobatan tradisional untuk penderita asam urat. Seperti halnya pada tabel 4.6 Rerata kadar asam urat sebelum perlakuan rebusan daun salam menunjukkan 8.78 mg/dl, dengan kadar asam urat tertinggi 12 mg/dl dan terendah 6.8 mg/dl dan setelah intervensi menunjukkan 7.92 mg/dl dengan kadar asam urat tertinggi 10 mg/dl dan terendah 6 mg/dl. Ada perubahan setelah diberikan rebusan daun salam dengan selisih 0.86 mg/dl. Kaitannya dengan daun salam, daun salam efektif menurunkan asam urat, karena kandungan senyawa minyak *Atsiri*, *Tannin* dan *Flavonoid* yang mampu mengurangi konsentrasi asam urat yang di buang melalui air seni sehingga tidak terus menumpuk didalam tubuh dan berfungsi sebagai anti radang untuk mengurangi pembengkakan akibat penumpukan kristal asam urat.

Mengkonsumsi daun salam peroral dapat menghambat pembentukan asam urat

dengan cara mengurangi jumlah *hipoxantin* dan *xiantin* dalam tubuh serta memperbanyak produksi urin sehingga dapat menurunkan kadar asam urat darah. Selanjutnya asam urat di dikeluarkan oleh tubuh dalam bentuk urine dan fases sehingga dapat membantu pembuangan asam urat dan meminimalkan pengendapan urat dalam persendian. proses pembuangan ini diatur oleh ginjal yang berfungsi untuk kestabilan kadar asam urat dalam darah. Hal ini daun salam sangat efektif sekali sebagai pengobatan herbal untuk menurunkan kadar asam urat. Akan tetapi dalam intervensi rebusan daun salam tidak semuanya mengalami penurunan kadar asam urat seperti yang di jelaskan 18 orang berhasil menurunkan kadar asam urat, 2 orang mengalami kenaikan dan 4 orang tetap. dari hasil yang di peroleh keberhasilan dalam menurunkan kadar asam urat dikarenakan selain mengonsumsi rebusan daun salam pada pagi dan sore hari responden pun mampu menjaga pola makan dengan baik dengan mengurangi atau tidak mengonsumsi makanan tinggi purin seperti jeroan, daging, emping serta meminum kopi sehingga kadar asam urat tidak mengalami kenaikan. Sedangkan yang tidak mengalami keberhasilan dikarenakan responden masih belum bisa untuk mengurangi kebiasaannya dalam mengonsumsi makanan tinggi purin sehingga terjadi peningkatan kadar asam urat atau nilai kadar asam urat masih tetap belum ada penurunan. Selain meminum rebusan daun salam kita perlu menjaga pola makan sehari-hari, asupan makanan yang masuk ke dalam tubuh yang mengandung purin tinggi akan mempengaruhi kadar asam urat.

Hasil analisis menunjukkan ada pengaruh yang signifikan antara efektivitas rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat di Desa Pener Kecamatan Pangkah Kabupaten Tegal (nilai signifikansi =0,00 yang lebih kecil dari $\alpha = 0,05$).

Dalam intervensi rebusan daun salam dari 24 sampel yang mengalami penurunan kadar asam urat sebanyak 18 orang, 2 orang mengalami peningkatan dan 4 orang masih tetap. Rerata kadar asam urat sebelum perlakuan rebusan daun salam menunjukkan 8.78 mg/dl, dan setelah intervensi menunjukkan 7.92 mg/dl dengan perbedaan 0.86 mg/dl.

Maka dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian rebusan daun salam terhadap penurunan asam urat. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi rebusan daun salam sangat bermanfaat sebagai pengobatan alternatif bagi penderita asam urat. Karena daun salam memiliki berbagai senyawa –

senyawa seperti minyak *atsiri*, *tannin* dan *flavonoid* banyak terdapat dalam daunnya yang berkhasiat untuk menghambat pertumbuhan bakteri, menurunkan kadar gula darah, memiliki *efek diuretik* (untuk membantu pembuangan kelebihan asam urat dalam darah agar tidak terus menumpuk didalam tubuh) dan antiradang (untuk mengurangi pembengkakan akibat penumpukan kristal asam urat) dan penghilang nyeri akibat asam urat. Mengonsumsi rebusan daun salam minum dua kali sehari berkhasiat menurunkan kadar asam urat. Untuk mengatasi asam urat yang tinggi, dengan merebus 10 lembar daun salam dengan 700 cc air hingga tersisa 200 cc, kemudian airnya diminum selagi hangat. (Mutia Sari, 2010:11)

Efektivitas rebusan daun salam terhadap penurunan asam urat dapat dilihat dari hasil penelitian yang dilakukan bahwa orang yang mengonsumsi rebusan daun salam dapat berjalan baik sesuai yang diharapkan yaitu dengan adanya penurunan kadar asam urat. Sedangkan penyebab dari ketidakberhasilan dalam menurunkan kadar asam urat dikarenakan responden belum mampu mengatur pola hidup dan pola makan yang tinggi purin yang hal ini termasuk faktor dari adanya peningkatan kadar asam urat dalam darah maka responden perlu memperhatikan asupan makanan dengan baik yang masuk kedalam tubuh sehingga kadar asam urat tetap dalam keadaan normal.

KESIMPULAN

Nilai kadar asam urat rerata sebelum perlakuan menunjukkan nilai 8.78 mg/dl, dengan kadar asam urat tertinggi 12 mg/dl dan kadar asam urat terendah 6.8 mg/dl. Nilai kadar asam urat rerata sesudah perlakuan menunjukkan nilai 7.92 mg/dl, dengan kadar asam urat tertinggi 10 mg/dl dan kadar asam urat terendah 6 mg/dl. Nilai tersebut masih tinggi karena pada penelitian ini waktunya sangat singkat hanya 4 hari. Sebaiknya pada penelitian dilakukan terus-menerus dalam waktu 1 minggu sehingga hasilnya lebih maksimal. Ada beda rerata kadar asam urat dalam darah sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan dengan nilai selisih 0.86 mg/dl dan nilai *signifikansi* = 0,00 yang lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak artinya ada pengaruh efektivitas rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat di Desa Pener Kecamatan Pangkah Kabupaten Tegal.

SARAN

Diharapkan masyarakat dapat memperhatikan kesehatan serta menggunakan terapi rebusan daun salam

untuk menurunkan kadar asam urat. Sehingga dapat memperbaiki kesehatan yang optimal serta aktif dan mandiri dalam menjaga kesehatan agar terhindar dari kekambuhan penyakit asam urat. Bagi tempat penelitian diharapkan tempat penelitian dapat meningkatkan taraf kesehatan dimasyarakat dengan memperhatikan kondisi kesehatan. Bagi Peneliti dan Pembaca Diharapkan bisa memberikan informasi mengenai penanganan penyakit asam urat. Selain itu juga penelitian ini dapat dijadikan bahan untuk mencari penanganan lain dalam menurunkan kadar asam urat selain dengan menggunakan rebusan daun salam. Bagi instansi kesehatan diharapkan bagi instansi kesehatan selain memberikan pelayanan kesehatan masyarakat dengan baik dan tepat sesuai dengan penyakitnya yang didasarkan pada ilmu kesehatan perlu juga memberikan konseling sehingga masyarakat mampu memahami masalah penyakit yang dialaminya serta dapat aktif dan mandiri dalam menjaga kesehatan.

DAFTAR RUJUKAN

- Anto Paulutu, 2012. [http://blogspot.com/2012/04/makalah - Asam Urat.html](http://blogspot.com/2012/04/makalah-Asam-Urat.html). Di Browsing Tanggal 09 Maret 2013.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta. Penerbit: Rineka Cipta.
- Bernardius Sriwidodo. 2007. *Wordpress.com Asam Urat, Rematik dan kolesterol*. Di browsing Tanggal 14 Mei 2013.
- Hidayat, A.Aziz Alimul. 2007. *Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisa Data*. Jakarta. Penerbit: Salemba Medika.
- <http://www.bintangmawar.net/bab1.pdf>. di Browsing pada Tanggal 10 Maret 2013
- <http://www.faiz@.2006>. *Filed under: Tips Kesehatan*. Purwakarta. Index.php. di Browsing pada tanggal 10 Maret 2013.
- <http://www.library.upnvj.ac.id/pdf/2s1keperawatan/205312039/bab1.pdf> Browsing Tanggal 10 Maret 2013.
- [http://www.Maulananusantara.wordpress.com:Atrhritis gout](http://www.Maulananusantara.wordpress.com:Atrhritis-gout). di browsing tanggal 10 Maret 2013.
- <http://www.Mei/2012>. *manfaatdaunsalam.blogspot.com*. di Browsing pada Tanggal 10 Maret 2013.
- Mia Siti Aminah. 2012. *Ajibnya Terapi Herbal Tumpas Asam Urat*. Jakarta Timur. Penerbit: Dunia Sehat.
- Misnadiarly. 2007. *Rematik Asam Urat – Hiperuricemia Arthritis Gout*. Jakarta. Penerbit: Pustaka Obor Populer.
- Mutia Sari, 2010. *Panduan Pencegah &*

- Mengobati Asam Urat Secara Tepat.*
Yogyakarta. Penerbit: Araska Publisier.
- Notoatmodjo, Soekidjo.2003. *Metodelogi Penelitian Kesehatan.* Jakarta. Penerbit: Bineka Cipta.
-
- _____.2010. *Metodelogi penelitian Kesehatan.*Jakarta. Penerbit: Rineka Cipta.
- Nursalam. 2008. *Konsep Dan Penerapan Metode Penelitian Ilmu Keperawatan.* Jakarta. Penerbit: Salemba.
- Prapti Utami dan Tim Lentera. 2003. *Tanaman obat untuk mengatasi rematik & Asam Urat.* Jakarta Selatan. Penerbit: PT Agromedia Pust
- Redaksi AgroMedia. 2009. *Asam Urat & Rematik.* Jakarta Selatan. Penerbit: PT AgroMedia Pustaka.
- Saryono. 2008. *Metodelogi Penelitian Kesehatan.* Jogjakarta. Penerbit: Mitra Cendikia Press.
- Sastroasmoro, Sudigdo. (2003). *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis.* Jakarta. Penerbit: Sagung Seto.
- Sugiono. 2010. *Statistika Untuk Penelitian.* Bandung. Penerbit: Afabeta