



EDUCATION AND EXAMINATION OF URIC ACID LEVELS IN THE VILLAGE COMMUNITY OF SEI MENCIRIM

Deni Susyanti¹, Kipa Jundapri², Erita Gustina³, Nita Mayrani Siregar⁴, Sentia Putri Br. Tarigan⁵, Baharuddin Siregar⁶

^{1,2,3,4,5,6}Akademi Keperawatan Kesdam I/ Bukit Barisan Medan, Medan, Indonesia

Article Information

Article history:

Received August 14, 2023

Approved August 22, 2023

Keywords:

Education, Examination, Gout

ABSTRAK

Gout disease, commonly known as gout arthritis, is a medical condition caused by the accumulation of monosodium urate crystals in the body. Uric acid itself is the end product of the purine metabolism process, one of the components of nucleic acids found within the cell nucleus. Elevated levels of uric acid can lead to health disturbances, such as joint pain sensations often accompanied by intense discomfort for those affected. The buildup of these crystal deposits is linked to the high concentration of uric acid in the bloodstream. Consumption of purine-rich foods can elevate uric acid levels in the blood, typically around 0.5 to 0.75 g/ml of consumed purine. Additionally, a high intake of fats or oils, such as fried foods, coconut milk, margarine, butter, and fatty fruits like durian and avocado, also affects uric acid production. Eating habits that involve foods containing purine can raise uric acid in the blood, potentially causing gout arthritis. Consuming excessive amounts of foods rich in purine nucleotides, such as sardines, water spinach, organ meats, and spinach, can boost uric acid production. Conversely, reducing the consumption of foods with high purine nucleotide content while increasing the intake of low-purine nucleotide foods can lower the risk of hyperuricemia or gout arthritis. An effective approach to reducing uric acid accumulation is through a proper uric acid diet therapy. Targeting education and uric acid testing to the community in Sei Mencirim village is important. Information obtained from an interview with the village head of Sei Mencirim reveals that many residents there are suffering from gout, characterized by difficulty walking and swollen feet. This education can serve as a strategy to lower the prevalence of gout disease, enabling the entire community to adopt preventive measures against gout.

ABSTRACT

Penyakit asam urat, atau yang umumnya dikenal sebagai gout arthritis, ialah kondisi medis yang diakibatkan oleh penumpukan kristal monosodium urat dalam tubuh. Asam urat sendiri merupakan hasil akhir dari proses metabolisme purin, salah satu komponen asam nukleat yang ada di dalam inti sel tubuh. Peningkatan kadar asam urat bisa menyebabkan gangguan pada kesehatan manusia, seperti sensasi nyeri pada sendi yang sering kali disertai oleh rasa sakit yang amat sangat bagi penderitanya. Penyebab dari penumpukan kristal ini dikaitkan dengan tingginya konsentrasi asam urat dalam darah. Konsumsi makanan yang kaya purin bisa meningkatkan kadar asam urat dalam darah, yakni sekitar 0,5 – 0,75 g/ml purin yang dikonsumsi. Selain itu, asupan lemak atau minyak yang tinggi, seperti makanan digoreng, santan, margarin, mentega, serta buah-buahan berlemak tinggi seperti durian dan alpukat, juga memengaruhi produksi asam urat. Kebiasaan makan-makanan yang mengandung purin dapat meningkatkan asam urat dalam darah sehingga dapat menimbulkan gout arthritis. Terlalu banyak mengonsumsi makanan yang tinggi kandungan nukleotida purinnya seperti sarden, kangkung, jeroan, dan bayam akan meningkatkan produksi asam urat. Sebaliknya, mengurangi konsumsi makanan dengan kandungan nukleotida purin tinggi dan memperbanyak konsumsi makanan dengan kandungan nukleotida purin rendah akan dapat mengurangi risiko hiperurisemia atau gout arthritis. Salah satu upaya untuk mengurangi penumpukan protein adalah terapi diet asam urat yang baik. Sasaran yang perlu diberikan edukasi dan pemeriksaan asam urat kepada masyarakat di desa sei mencirim. Hasil wawancara dengan kepala desa, Desa Sei Mencirim didapatkan informasi bahwa banyak masyarakat di Desa Sei Mencirim menderita asam urat yang ditandai dengan kesulitan untuk berjalan serta kaki bengkak. Edukasi ini bisa menjadi salah satu strategi untuk menurunkan angka kesakitan penyakit asam urat, dimana nantinya seluruh masyarakat dapat menerapkan cara pencegahan penyakit asam urat.

© 2023 EJOIN

*Corresponding author email: denisusyanti190@gmail.com

PENDAHULUAN

Penyakit asam urat, atau yang umumnya dikenal sebagai gout arthritis, ialah kondisi medis yang diakibatkan oleh penumpukan kristal monosodium urat dalam tubuh. Asam urat sendiri merupakan hasil akhir dari proses metabolisme purin, salah satu komponen asam nukleat yang ada di dalam inti sel tubuh. Peningkatan kadar asam urat bisa menyebabkan gangguan pada kesehatan manusia, seperti sensasi nyeri pada sendi yang sering kali disertai oleh rasa sakit yang amat sangat bagi penderitanya. Penyebab dari

penumpukan kristal ini dikaitkan dengan tingginya konsentrasi asam urat dalam darah. Konsumsi makanan yang kaya purin bisa meningkatkan kadar asam urat dalam darah, yakni sekitar 0,5 – 0,75 g/ml purin yang dikonsumsi. Selain itu, asupan lemak atau minyak yang tinggi, seperti makanan digoreng, santan, margarin, mentega, serta buah-buahan berlemak tinggi seperti durian dan alpukat, juga memengaruhi produksi asam urat. (Krisnatuti, 2006)

Kebiasaan makan-makanan yang mengandung purin dapat meningkatkan asam urat dalam darah sehingga dapat menimbulkan gout arthritis. Terlalu banyak mengkonsumsi makanan yang tinggi kandungan nukleotida purinnya seperti sarden, kangkung, jeroan, dan bayam akan meningkatkan produksi asam urat. Sebaliknya, mengurangi konsumsi makanan dengan kandungan nukleotida purin tinggi dan memperbanyak konsumsi makanan dengan kandungan nukleotida purin rendah akan dapat mengurangi risiko hiperurisemia atau gout arthritis. Salah satu upaya untuk mengurangi penumpukan protein adalah terapi diet asam urat yang baik. (Krisnatuti, 2007)

Sasaran yang perlu diberikan edukasi dan pemeriksaan asam urat kepada masyarakat di desa sei mencirim. Hasil wawancara dengan kepala desa, Desa Sei Mencirim didapatkan informasi bahwa banyak masyarakat di Desa Sei Mencirim menderita asam urat yang ditandai dengan kesulitan untuk berjalan serta kaki bengkok. Edukasi ini bisa menjadi salah satu strategi untuk menurunkan angka kesakitan penyakit asam urat, dimana nantinya seluruh masyarakat dapat menerapkan cara pencegahan penyakit asam urat.

METODE PELAKSANAAN

Pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di masyarakat Desa Sei Mencirim. Kegiatan ini dilakukan untuk memberikan edukasi kepada masyarakat Desa Sei Mencirim tentang penyakit asam urat. Kegiatan ini dibagi dalam 3 tahap yaitu tahap persiapan yang diawali dengan melakukan survey awal ke masyarakat Desa Sei Mencirim dan meminta izin pelaksanaan pengabdian kepada pihak kelurahan. Setelah mendapatkan izin dari pihak Kelurahan, tempat pelaksanaan di Masyarakat Desa Sei Mencirim, waktu kegiatan 17 Juni 2023, mulai pukul 08,00 s.d 12.00 WIB. Tim bersama dengan pihak kelurahan menyusun rencana kegiatan, pendataan jumlah masyarakat dan semua kebutuhan terkait pelaksanaan kegiatan.

Persiapan teknis lainnya adalah mempersiapkan kuesioner pengetahuan tentang asam urat, absensi, dan perlengkapan lain guna mendukung terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini.

Tahap pelaksanaan, diawali dengan mengukur tingkat pengetahuan masyarakat kelurahan desa Sei Mencirim tentang penyakit asam urat serta pencegahannya. Dilanjutkan dengan memberikan edukasi dengan topik penanganan dan pencegahan penyakit asam urat dilanjutkan dengan pemeriksaan asam urat. Tahap akhir adalah evaluasi dengan mengukur tingkat pemahaman masyarakat Desa Sei Mencirim setelah mendapatkan edukasi tentang penyakit asam urat.

Tanggal 17 Juni 2023. Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh Bapak Kepala Desa, Desa Sei Mencirim pada pukul 08.00 WIB.

Setelah pembukaan dilanjutkan dengan pemberian edukasi tentang penanganan penyakit asam urat dan pencegahannya, selanjutnya diadakan pemeriksaan asam urat bagi seluruh masyarakat kelurahan desa Sei Mencirim.



Gambar 1. Edukasi tentang penanganan dan pencegahan penyakit asam urat.



Gambar 2. Pemeriksaan asam urat

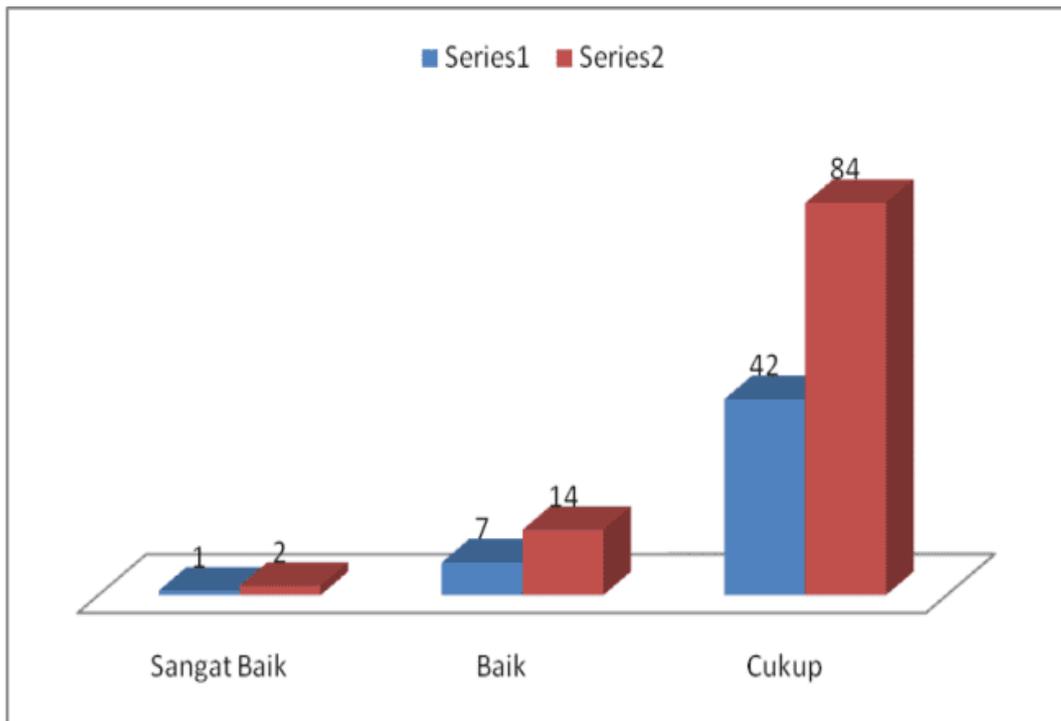


Gambar 3. Penutupan acara kegiatan

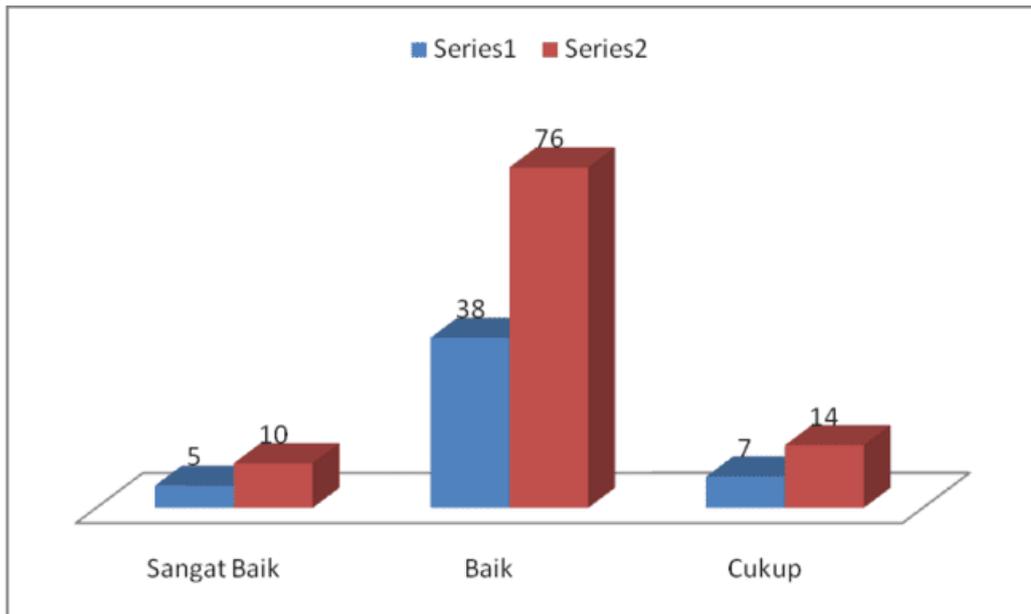
HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pada kegiatan edukasi ini, masyarakat kelurahan desa Sei Mencirim mengikuti dengan sangat aktif, mulai dari awal pelaksanaan sampai dengan akhir. Adapun hasil kegiatan adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Pengetahuan masyarakat sebelum diberikan edukasi



Gambar 2. Pengetahuan masyarakat setelah diberikan edukasi

Gambar 1 dan 2 menerangkan bahwa tingkat pengetahuan sebelum dilakukan pemberian edukasi sebagian besar adalah dalam kategori cukup yaitu sebesar 84 %. Setelah diberikan edukasi tentang penanganan serta pencegahan penyakit asam urat, sebesar 10 % sangat baik, 76% baik, dan 14% cukup.

Pembahasan

Pengetahuan masyarakat sebelum dilakukan edukasi tentang penanganan dan pencegahan penyakit asam urat, sebanyak 1 orang dalam kategori sangat baik (2%), dengan kategori baik sebanyak 7 orang (14%), dan kategori cukup sebanyak 42 orang (84%). Setelah diberikannya edukasi sebanyak 5 orang (10%) kategori sangat baik, sebanyak 38 orang (76%) kategori baik, dan sebanyak 7 orang (14%) kategori cukup. Dalam penjelasan ini bahwa setelah edukasi yang diberikan kepada masyarakat kelurahan Desa Sei Mencirim didapatkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat dalam penanganan dan pencegahan penyakit asam urat.

Edukasi merupakan salah satu bentuk metode pembelajaran yang juga dapat meningkatkan ilmu pengetahuan, dan juga keterampilan baik individu maupun kelompok sehingga dapat meningkatkan kesehatan dan menurunkan angka kesakitan.

Kegiatan edukasi dan pemeriksaan asam urat ini berjalan sesuai dengan perencanaan. Pada akhirnya pengetahuan masyarakat kelurahan Desa Sei Mencirim meningkat. Tindak lanjut dan rekomendasi ini kegiatan ini adalah monitoring evaluasi secara periodic baik dari institusi pendidikan Akper Kesdam I/BB Medan dengan pihak kelurahan serta Puskesmas kelurahan Desa Sei Mencirim, sehingga tujuan akhir dari kegiatan ini meningkatkan derajat kesehatan masyarakat dapat tercapai.

KESIMPULAN

Dari kegiatan edukasi tentang penanganan dan pencegahan penyakit asam urat serta pemeriksaan asam urat, masyarakat kelurahan Desa Sei Mencirim memahami penjelasan yang telah diberikan.

SARAN

Diharapkan seluruh masyarakat mendapatkan informasi tentang penanganan dan pencegahan penyakit asam urat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak- pihak yang telah mendukung dan membantu terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Krisnatuti, 2006. Perencanaan Menu Untuk Penderita Gangguan Asam Urat, edisi 12. Jakarta: Penebar swadaya.
- [2] Krisnatuti. 2007. Perencanaan Menu untuk Penderita Gangguan Asam Urat. Jakarta: Penebar swadaya.