



EDUKASI PENYULUHAN SERTA PENINGKATAN PENGETAHUAN KELUARGA BINAAN TENTANG ASAM URAT PADA LANSIA DI DESA PARIT BARU

Zhafiirah¹, M. Irwan², Busyira Hanim³, Lewy Ceria⁴, Widya Restika⁵, Rizki Auliyah⁶

^{1,2,3,4,5}Program Studi S1 Keperawatan, Institut Kesehatan Payung Negeri

⁶Program Studi S1 Kebidanan, Institut Kesehatan Payung Negeri



***Corresponding author**

Email : Zhafiirahfira2@gmail.com

HP: +62 858-3754-9492

Kata Kunci:

Asam Urat;
Edukasi;
Pengetahuan;

Keywords:

Gout;
Education;
Knowledge;

ABSTRAK

Desa Parit Baru merupakan salah satu desa di Kecamatan Tambang Kabupaten Kampar. Kebanyakan para lansianya menderita penyakit asam urat. Asam urat merupakan hasil metabolisme akhir dari purin yaitu salah satu komponen asam nukelat yang terdapat dalam inti sel tubuh. Peningkatan kadar asam urat dapat mengakibatkan gangguan pada tubuh manusia seperti perasaan linu-linu di daerah persendian dan sering disertai dengan timbulnya rasa nyeri yang teramat sangat bagi penderitanya. Tujuan: Tujuan dari kegiatan edukasi penyuluhan serta pemberdayaan peningkatan pengetahuan keluarga binaan tentang asam urat pada lansia di desa parit baru yakni untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam mengenal asam urat lebih dalam di lingkungan Desa Parit Baru Kecamatan Tambang. Metode: melakukan pendekatan kepada masyarakat desa parit baru Kec. Tambang, Kab Kampar, Prov. Riau dan memberikan edukasi terkait penyakit asam urat. Sasaran dari kegiatan ini yaitu masyarakat desa parit baru Kec. Tambang, Kab Kampar, Prov. Riau. Kegiatan ini merupakan salah satu program kerja KKN-T serta Keluarga binaan mahasiswa/i IKes Payung Negeri yang dilaksanakan di desa parit baru pada hari Jumat, 29 Desember 2023. Hasil: diperoleh peningkatan pengetahuan masyarakat keluarga binaan sebelum dilakukan nya edukasi dan sesudah di lakukan nya edukasi meningkat 80%. Dari hasil kegiatan ini menunjukkan adanya manfaat dilaksanakannya penyuluhan edukasi kepada masyarakat keluarga binaan di Desa Parit Baru. Kesimpulan: dengan dilaksanakannya edukasi penyuluhan kepada masyarakat di Desa Parit Baru mengenai asam urat mampu meningkatkan taraf kesehatan dan pengetahuan masyarakat.

ABSTRACT

Desa Parit Baru, Kec. Tambang, Kab. Kampar. Most of the elderly suffer from gout. Uric acid is the final metabolic product of purines, which are one of the components of nucleic acid found in the nuclei of body cells. Increased uric acid levels can cause disorders in the human body such as aching sensations in the joint area and are often accompanied by extreme pain for the sufferer. Objective: The aim of educational outreach and empowerment activities to increase the knowledge of assisted families about gout in the elderly in Desa Parit Baru is to increase community knowledge in knowing gout more deeply in the Desa Parit Baru, Kec. Tambang, Kab. Kampar. Method: approaching the people of Desa Parit Baru, Kec. Tambang, Kab. Kampar, Prov. Riau and provide education regarding gout. The target of this activity is the people of Desa Parit Baru, Kec. Tambang, Kab. Kampar. This activity is one of the work programs of KKN-T and families assisted by Institut Kesehatan Payung Negeri students which was carried out in the Desa Parit Baru on Friday, December 29 2023. Results: an increase in the knowledge of the community of the assisted families before the education was carried out and after it was carried out. education increased by 80%. The results of this activity show that there are benefits from implementing educational outreach to the assisted family community in Desa Parit Baru. Conclusion: by implementing educational outreach to the community in Parit Baru Village regarding gout, it is possible to increase the level of health and knowledge of the community.

PENDAHULUAN

Asam urat merupakan hasil metabolisme akhir dari purin yaitu salah satu komponen asam nukleat yang terdapat dalam inti sel tubuh. Peningkatan kadar asam urat dapat mengakibatkan gangguan pada tubuh manusia seperti perasaan linu-linu di daerah persendian dan sering disertai dengan timbulnya rasa nyeri yang teramat sangat bagi penderitanya. Penyakit ini sering disebut penyakit gout atau lebih dikenal dengan asam urat.

Dengan adanya pemberian edukasi tentang penyakit asam urat dan bagaimana pencegahan terhadap penyakit ini diharapkan dapat menambah wawasan lanjut usia tentang penyakit asam urat sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup masyarakat di Desa Parit Baru. Masyarakat desa parit baru yang dipilih adalah lanjut usia, hal ini digunakan sebagai wadah keluarga sehat binaan sehingga diharapkan informasi kesehatan baik berupa informasi penyakit maupun pencegahan asam urat yang diberikan lengkap.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan dengan melakukan edukasi penyuluhan serta pemberdayaan peningkatan pengetahuan keluarga binaan tentang asam urat pada lansia di desa parit baru
Langkah-langkah.

a. Perencanaan

- 1) Survei Lokasi
- 2) Persiapan Materi
- 3) informasi pelaksanaan kepada Pemerintah dan masyarakat Desa Parit Baru

b. Pelaksanaan kegiatan :

- 1) Pengucapan salam, pengenalan dan menyampaikan tujuan kepada lansia keluarga binaan
- 2) Memberi edukasi tentang asam urat
- 3) Faktor risiko penyakit asam urat
- 4) Gejala penyakit asam urat
- 5) Cara pencegahan asam urat

c. Tindak lanjut

Merupakan implementasi kontrak sosial yang dibuat mahasiswa/i KKN-T dan Proyek Kemanusiaan pada saat pelaksanaan edukasi penyuluhan asam urat. aksi terhadap kesepakatan perubahan perilaku yang dilaksanakan oleh masyarakat serta masyarakat mengetahui tentang asam urat, faktor risiko, gejala sampai pencegahan asam urat.

d. Monitoring

Monitoring dilakukan oleh Tim KKN-T & Proyek Kemanusiaan IKes Payung Negeri. Monitoring dilakukan dalam 3 hari untuk memonitor keberhasilan program.

e. Evaluasi

Peserta dievaluasi:

- a) Lansia pada keluarga binaan mengerti seputar pengertian asam urat
- b) Lansia pada keluarga binaan mengetahui risiko penyakit asam urat

- c) Lansia pada keluarga binaan mengetahui gejala penyakit dan cara pencegahan pada penyakit asam urat
- d) Evaluasi jangka menengah, meningkatnya minat masyarakat dalam melakukan pengecekan kesehatan salah satu nya pengecekan asam urat

1. Sesudah Kegiatan

Tahap pasca kegiatan adalah tahap akhir dari program Penyuluhan dan Edukasi, dalam tahap ini akan dilakukan evaluasi dan pembuatan laporan kegiatan. Evaluasi dilakukan sebelum dan sesudah edukasi. Sebelum edukasi bertujuan untuk mengetahui pengetahuan awal responden tentang penyakit asam urat. Sedangkan evaluasi sesudah edukasi bertujuan untuk mengetahui perubahan pemahaman responden tentang penyakit asam urat.

2. Hasil Kegiatan dan Pembahasan

a. Persiapan

Persiapan dilakukan sebelum kegiatan dengan koordinasi Bapak Kepala Desa, Bapak Sekretaris desa dan ibu-ibu kader desa parit baru. Kegiatan Program Kerja KKN-Tematik berupa edukasi dan penyuluhan tentang asam urat. Kegiatan tersebut dihadiri oleh 20 peserta ibu-ibu pada saat wirid dan mendatangi rumah keluarga binaan. Peserta wirid dan keluarga binaan sangat antusias dalam mengikuti edukasi penyuluhan kemudian dilanjutkan dengan tanya jawab.

b. Pelaksanaan Kegiatan



Kegiatan dilaksanakan di desa Parit Baru dihadiri oleh 20 orang ibu-ibu wirid termasuk keluarga binaan. Kegiatan diawali dengan pengenalan dan menyampaikan tujuan kegiatan, kemudian memberi penjelasan seputar edukasi penyuluhan serta pemberdayaan peningkatan pengetahuan keluarga binaan tentang asam urat pada lansia di desa parit baru.

c. Pembahasan Materi yang di Berikan

1) Edukasi Pengertian Asam Urat

Penyakit asam urat merupakan kondisi yang dapat menyebabkan gejala nyeri yang tak tertahankan, pembengkakan, serta adanya rasa panas di area

persendian. Semua sendi di tubuh berisiko terkena asam urat, tetapi sendi yang paling sering terserang adalah jari tangan, lutut, pergelangan kaki, dan jari kaki

2) Faktor Risiko Penyakit Asam Urat

1. Pola makan.
2. Berat Badan yang berlebihan
3. Riwayat medis
4. Mengonsumsi obat-obatan tertentu
5. Riwayat keluarga.
6. Baru saja menjalani operasi

3) Gejala Penyakit Asam Urat

1. Nyeri sendi yang intens
2. Rasa tidak nyaman dalam jangka panjang
3. Peradangan dan kemerahan
4. Rentang gerak terbatas

4) Penyebab Asam Urat

Secara alamiah, asam urat merupakan senyawa yang diproduksi oleh tubuh untuk mengurai purin. Purin merupakan zat alami yang memiliki beberapa fungsi penting bagi tubuh. Mulai dari mengatur pertumbuhan sel hingga menyediakan energi.

5) Cara Pencegahan Asam Urat

Beberapa perubahan gaya hidup dokter yakini dapat membantu menurunkan risiko penyakit asam urat yaitu:

1. Minum banyak air untuk membantu ginjal berfungsi lebih baik dan menghindari dehidrasi.
2. Berolahraga secara teratur untuk menjaga berat badan yang sehat. Sebab, berat badan ekstra meningkatkan asam urat dalam tubuh dan memberi lebih banyak tekanan pada persendian.
3. Menghindari penggunaan obat-obatan tertentu. Misalnya seperti obat-obatan yang bersifat diuretik atau immunosupresan.
4. Membatasi konsumsi makanan dan minuman yang memiliki kandungan zat purin tinggi.

d. Tindak Lanjut

Tindak lanjut bekerjasama dengan Puskesmas Membantu agar kegiatan pemeriksaan kesehatan rutin dilaksanakan

e. Monitoring

Monitoring dilakukan oleh Tim Kelompok KKN-T dan Proyek Kemanusiaan IKes Payung Negeri. Monitoring dilakukan dalam 2 hari untuk memonitor keberhasilan program.

f. Hasil Pembahasan

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat pemberian penyuluhan edukasi tentang diabetes penyakit asam urat berjalan dengan baik. Kegiatan dilakukan di salah satu rumah warga di Desa Parit Baru Dusun III, dan mendatangi rumah keluarga binaan pengidap penyakit asam urat.

Penyuluhan dan edukasi kepada masyarakat ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan masyarakat terutama lansia di desa parit baru melainkan juga meningkatkan taraf kesehatan lanjut usia. Setelah penyampaian materi dilakukan, sesi tanya jawab terhadap sesama masyarakat pun disambut baik dan antusias. Masyarakat keluarga binaan banyak bertanya seputar edukasi penyuluhan asam urat, dengan adanya kegiatan edukasi penyuluhan tentang penyakit asam urat ini, pengetahuan masyarakat meningkat sebanyak 80% tentang penyakit asam urat. Hal ini di lihat dari antusias nya masyarakat ketika di berikan pertanyaan tentang penyakit asam urat, dan memberikan pertanyaan tentang penyakit asam urat. Ini menunjukkan bahwa terdapat kepedulian terhadap Kesehatan yang tinggi dari masyarakat dan keluarga binaan, sehingga dengan adanya penyampaian informasi mengenai penyakit asam urat dapat meningkatkan taraf Kesehatan masyarakat di Desa Parit Baru.

Peserta dievaluasi:

- a) Lansia pada keluarga binaan mengerti seputar pengertian asam urat
- b) Lansia pada keluarga binaan mengetahui risiko penyakit asam urat
- c) Lansia pada keluarga binaan mengetahui gejala penyakit dan cara pencegahan pada penyakit asam urat
- d) Evaluasi jangka menengah, meningkatnya minat masyarakat dalam melakukan pengecekan kesehatan salah satu nya pengecekan asam urat

KESIMPULAN DAN SARAN

Setelah melakukan kegiatan edukasi penyuluhan serta pemberdayaan peningkatan pengetahuan keluarga binaan tentang asam urat pada lansia di desa parit baru dapat disimpulkan bahwa masyarakat belum mengenal penyakit asam urat secara mendalam. Terdapat peningkatan pengetahuan terhadap masyarakat sasaran dan tumbuhnya kesadaran akan pentingnya mendalami penyakit mengenai asam urat. Hal ini dapat dilihat pada saat edukasi penyuluhan sangat banyak yang memberi pertanyaan dan penambahan wawasan pada masyarakat dan keluarga binaan desa parit baru dan Secara umum masyarakat perlu meningkatkan kesehatannya, salah satu caranya dengan memperbaiki pola makan mereka.

Diharapkan Masyarakat Desa Parit Baru dapat selalu rutin memeriksa kesehatannya termasuk pemeriksaan kadar asam urat dan mengonsumsi makanan yang sehat di manapun berada.

DAFTAR PUSTAKA

- Septiawan, M. D., Ravena, R. A., Anangsyah, M. P., Setianingsih, S. W., Ningrum, S. R., Kamila, K., ... & Aristia, B. F. (2022, September). Edukasi Penyuluhan Mengenai Asam Urat Pada Masyarakat Di Desa Terik Kecamatan Krian Sidoarjo. In *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat Universitas Ma Chung* (Vol. 2, pp. 258-263).
- Sari, M. T. (2019). Upaya Peningkatan Pengetahuan tentang Asam Urat Pada Lansia di Posyandu Lansia RT 12 Kelurahan Rawasari. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 1(2), 132-137.



Nofita, D., Setiawan, B., & Fika, R. (2022). Pemeriksaan Kolesterol dan Asam Urat pada Masyarakat di Jorong Koto Gadang, Koto Tinggi Kecamatan Baso Sumatera Barat. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 1(8), 1667-1672.