

PEMERIKSAAN KESEHATAN KADAR ASAM URAT PADA MASYARAKAT KECAMATAN SILIH NARA KABUPATEN ACEH TENGAH

Dedy Ahmady*¹, Maulida Sari¹, Roslaini¹, dan Liza Wahyuni²

¹Akademi Keperawatan Kesdam Iskandar Muda Lhokseumawe, Lhokseumawe

²Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah

*Corresponden Email: dedyahmady361@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history:

Received
Revised
Accepted
Available online

Kata Kunci:

Pemeriksaan Kesehatan, Asam Urat, Masyarakat

Keywords:

Pemeriksaan Kesehatan, Asam Urat, Masyarakat

ABSTRAK

Pemeriksaan kesehatan kadar asam urat perlu dilakukan untuk mencegah terjadinya gangguan kesehatan yang lebih parah atau terjadinya komplikasi. Asam urat tinggi dikenal sebagai *hiperurisemia*, terjadi ketika kadar asam urat dalam darah melebihi batas normal. Asam urat adalah salah satu penyebab paling umum dari arthritis inflamasi kronis di Amerika Serikat, ditandai dengan pengendapan kristal *monosodium urat* (MSU) *monohidrat* di jaringan. Asam urat pertama kali dikenali bahkan sebelum Masehi. Oleh karena itu, penyakit ini bisa dibilang merupakan penyakit yang paling mudah dipahami dan ditangani di antara penyakit rematik lainnya. Studi *epidemiologi* melaporkan peningkatan beban penyakit asam urat sebagian besar disebabkan oleh perubahan gaya hidup seperti peningkatan konsumsi protein dan gaya hidup yang tidak banyak bergerak. Pemeriksaan kesehatan kadar asam urat ini

bertujuan untuk mencegah terjadinya komplikasi pada penderita asam urat di Kecamatan Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah. Pengabdian pada masyarakat dalam bentuk pemeriksaan kadar asam urat dilakukan secara *persuasive* menggunakan metode implementasi dan tanya jawab. Pengabdian ini dilaksanakan di Desa Burni Bius Kecamatan Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah dengan objek pemeriksaan adalah 30 orang warga Desa Burni Bius, Senehen, Burni Bius Baru, Wih Pesam, Arul Gele dan Paya Pelu. Pengumpulan data yang menjadi alasan dilakukan pengabdian ini adalah observasi, wawancara, dokumentasi dan pencatatan. Setelah dilakukan pemeriksaan asam urat, masyarakat diberikan saran-saran dengan harapan terjadinya perubahan perilaku pada masyarakat agar mengurangi konsumsi bahan makanan yang mengandung tinggi purin dan agar tetap dapat melakukan aktivitas dengan aman.

PENDAHULUAN

Penyakit asam urat (*gout arthritis*) merupakan salah satu penyakit degeneratif yang disebabkan oleh metabolisme abnormal purin yang ditandai dengan meningkatnya kadar asam urat dalam darah (*hiperurisemia*). Hal ini diikuti oleh terbentuknya timbunan kristal berupa garam urat di persendian yang menyebabkan terjadinya peradangan sendi pada lutut dan atau jari (Persatuan Ahli Gizi Indonesia, 2019). *Gout arthritis* dapat menyerang

This is an open access article under the [CC BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) license.

Copyright © 2024 by Author. Published by Elfarazy Media Publisher



pria pada usia 30 - 50 tahun dan merupakan penyakit yang diturunkan oleh generasi sebelumnya, akan tetapi tidak pada wanita. Wanita dapat terserang *gout arthritis* setelah mengalami *menopause*. Hal ini berkaitan dengan adanya hormon estrogen yang berperan dalam proses regulasi asam urat dalam darah (Ene, 2005). Kadar asam urat dikatakan tinggi, apabila kadar asam urat dalam darah tersebut lebih dari kadar normalnya. Kadar normal asam urat pada pria yaitu 3,4 - 7,0 mg/dl sedangkan pada wanita yaitu 2,4 - 5,7 mg/dl (Herlina, 2013).

Menurut *World Health Organization* (2018) prevalensi *gout arthritis* di dunia sebesar 33,3%. Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018, prevalensi *gout arthritis* berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan di Indonesia yaitu sebesar 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala sebesar 24,7%, dan prevalensi paling tinggi berada di provinsi Aceh, yaitu sebesar 13,26%.

Dari penjajakan yang dilakukan di Desa Senehen, Burni Bius, Burni Bius Baru, Wih Pesam, Arul Gele dan Paya Pelu diketahui bahwa banyak masyarakat (terutama lansia) yang menderita *gout arthritis*. Dari hasil wawancara diketahui pula bahwa hal tersebut terjadi karena dari beberapa pra lansia dan lansia yang menderita *gout arthritis* sering mengkonsumsi makanan yang tinggi purin, sehingga berisiko terhadap meningkatnya kadar asam urat dalam darah.

Salah satu faktor penyebab terjadinya *gout arthritis* yaitu asupan purin. Asupan makan masyarakat yang tidak sehat dengan sering mengkonsumsi makanan yang berprotein tinggi, terutama protein hewani yang mengandung kadar purin tinggi menyebabkan kejadian *gout arthritis* semakin meningkat (Ningsih, 2014). Protein nabati dengan kandungan purin sedang tetap menjadi faktor yang berperan penting dalam meningkatnya kadar asam urat dalam darah (Savitri, 2017). Selain pola konsumsi, pengetahuan juga berperan penting dalam perilaku seseorang untuk menjaga kesehatan dan memilih jenis makanan yang baik bagi tubuh. Sikap dan perilaku penderita *gout arthritis* sangat bergantung dari kesadaran diri seseorang. Pengetahuan yang harus dipahami meliputi faktor risiko, tanda dan gejala, sumber makanan, serta cara penyembuhannya.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi terjadinya *gout arthritis* yaitu Indeks Massa Tubuh (IMT). Penyakit *gout arthritis* lebih sering menyerang penderita yang mengalami *obesitas*. Seseorang dengan berat badan berlebih berkaitan dengan kenaikan kadar asam urat dan menurunnya ekskresi asam urat melalui ginjal. Hal tersebut disebabkan karena adanya gangguan proses reabsorpsi asam urat pada ginjal. Resistensi *urin* terjadi apabila adanya resistensi *leptin* di ginjal. Tingginya kadar asam urat dalam darah seseorang yang *obesitas* dikarenakan resistensi *urin* yang menurun (Fitriana, 2015).

Berdasarkan fenomena tersebut maka kami tertarik melakukan pengabdian kepada masyarakat, yaitu pemeriksaan kesehatan yang berfokus pada pemeriksaan kadar asam urat pada masyarakat di Kecamatan Silih Nara, Kabupaten Aceh Tengah.

METODE PELAKSANAAN

Metode dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini melalui tatap muka dan menggunakan metode implementasi, mengukur kadar asam urat dan tanya jawab tentang makanan apa yang sering dikonsumsi, aktivitas dan observasi faktor resiko lainnya.

Pengabdian ini dilakukan di Gedung Serba Guna yang terletak di Desa Burni Bius pada hari Kamis, tanggal 22 Februari 2024, dengan jumlah peserta 30 orang. Pengabdian ini merupakan implementasi pemeriksaan kesehatan sekaligus menyampaikan informasi pendidikan kesehatan untuk memberikan/ meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatannya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari pemeriksaan kadar asam urat di Gedung Serba Guna di Desa Burni Bius dengan jumlah peserta 30 orang, dimana dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa masyarakat di Kecamatan Silih Nara masih kurang memahami tentang faktor-faktor yang dapat menyebabkan terjadinya penyakit asam urat (*gout arthritis*). Diharapkan dengan adanya pengabdian ini yang disertai dengan saran-saran dari pemeriksa kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan masyarakat tentang *gout arthritis* dan implikasinya pada perubahan sikap dan perilakunya.



Gambar 1, Dokumentasi Kegiatan Pengabdian

KESIMPULAN

Peran petugas kesehatan sangat dibutuhkan dalam mengatasi masalah kesehatan yang dialami oleh masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Augne D, Vatten LJ. 2014. *Body Massa Index and The Risk of Gout: A Systematic Review and Dose-Response Metal-Analysos of Prospective Studies*. *European Journal of Nutrition*. Vol 53 No 8. 1591-1601.
- Ene-Stroescu D, Gorbien MJ. 2005. *Gout Arthritis. A primer on late-onset gout*. *Geriatrics*. Vol 60 No 7. 24.
- Fitriana, Rahmatul. 2015. *Cara Cepat Usir Asam Urat*. Yogyakarta: Medika.

- Hasdianah, Siyoto, S., dan Peristyowati, Y. 2014. *Gizi, Pemanfaatan Gizi, Diet, dan Obesitas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Herliana, Ersi. 2013. *Penyakit Asam Urat Kandas Berkat Herbal*. Jakarta: FMedia.
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Ninda RA. 2021. *Peran Pengetahuan Gizi terhadap Asupan Energi, Status Gizi, dan Sikap tentang Gizi Remaja. Jurnal Ilmiah Gizi dan Kesehatan (JIGK)*. Vol 2 No 2. 31-35.
- Ningsih, S., W. 2014. *Gambaran Asupan Purin, Penyakit Arthritis Gout di Kecamatan Tumalanrea*. Vol 5 No 99.
- Mahdalena Z, dkk. 2023. *Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Gout Arthritis di Kabupaten Aceh Besar; Suatu Studi Kasus*. JIM FKep Volume VII Nomor 1
- Persatuan Ahli Gizi Indonesia ASDI. 2019. *Penuntun Diet dan Terapi Gizi*. Edisi Ke-4. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Purwangsih T. 2009. *Faktor-faktor Risiko Hiperurisemia*. <http://eprints.undip.ac.id/24334/1/TI>
- Rosdiana D, Ali K, Cesilia MD. 2018. *Pengetahuan Asam Urat, Asupan Purin, dan Status Gizi terhadap Kejadian Hiperurisemia Pada Masyarakat Perdesaan*. Media Pendidikan Gizi dan Kulier. Vol 7 No 2. 1-11.
- Saag K.G, Choi H. 2008. *Epidemiology, Risk Factors and Lifestyle Modifications for Gout Arthritis Research and Theraphy*. Vol 8 No 1. 1-7.
- Savitri, D. 2017. *Diam-Diam Mematikan, Cegah Asam Urat dan Hipertensi*. Yogyakarta: Healthy.
- Supriyadi. 2014. *Statistik Kesehatan*. Salemba Medika. Jakarta.
- Verawati B, Nopri Y, Sukanti R. 2020. *Hubungan Konsumsi Protein, Status Gizi dengan Kejadian Gout Arthritis*. Jurnal Kesehatan Masyarakat. Vol 4 No 1. 63-69.
- WHO. 2018. *WHO (World Health Organization) Methods and Data Sources for Global Burden of Disease Estimates 2000 – 2016*.
- Yuli R, Rudolf B, Purba. 2016. *Asupan Purin dan Tingkat Pengetahuan dengan Kadar Asam Urat di Puskesmas Rurukan Kota Tumohon*. GIZIDO. Vol 8 No 2. 1-11.
- Zulia S. 2021. *Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Remaja Putri di Pondok Pesantren Firdaus*. Jurnal Ilmiah Gizi dan Kesehatan (JIGK). Vol 3 No 1. 1-8.