



PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG *ARTHRITIS GOUT* DI PUSKESMAS DADOK TUNGGUL HITAM PADANG

Vino Rika Nofia^{1*}, Emira Apriyeni², Fani Prigawuni³

Program studi S1 Keperawatan, stikes syedza saintika

*Email : Vinorikanofia1511@gmail.com

ABSTRAK

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Padang, kasus *arthritis gout* adalah 1.134 kasus dan terbanyak pertama di Puskesmas Dadok Tunggul Hitam. Timbulnya penyakit *arthritis gout* lebih disebabkan oleh faktor usia, makan makanan tinggi purin dan konsumsi alkohol. Tujuan Pengabdian ini adalah untuk mengetahui penatalaksanaan yang berhubungan dengan kejadian *Arthritis Gout*. Dengan melakukan pengabdian untuk penatalaksanaan *arthritis gout* ini maka diharapkan masyarakat mampu untuk mengatasi dan mengenali tanda gejala *gout* secara dini sebelum datang ke pelayanan kesehatan. Diharapkan kepada Kepala Puskesmas dan tenaga kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan penderita *arthritis gout* mengenai makanan tinggi purin dan konsumsi alkohol yang harus di hindari melalui pendidikan kesehatan berupa penyuluhan.

Kata Kunci : Pendidikan kesehatan, *Arthritis Gout*

ABSTRACT

Based on data from the Padang City Health Office, there were 1,134 cases of arthritis gout and the first most was in the Dadok Tunggul Hitam Puskesmas. The incidence of arthritis gout is more caused by age, eating high-purine foods and consuming alcohol. The purpose of this Community Service is to determine management related to the incidence of Gouty Arthritis. By providing services for the management of gouty arthritis, it is hoped that the community will be able to overcome and understand the signs of gout symptoms early before coming to health services. It is hoped that the head of the Puskesmas and health workers will increase the knowledge of arthritis gout sufferers about high-purine foods and alcohol consumption which must be avoided through health education in the form of counseling.

Keywords: Health education, *Gout Arthritis*

PENDAHULUAN

Penyakit Asam urat atau yang dikenal juga dengan sebutan *Arthritis Gout* merupakan suatu penyakit karena kelainan metabolisme purin (*Hiperurisemia*). Kelainan ini bisa terjadi adanya oversekresi asam urat atau penurunan fungsi ginjal yang mengakibatkan penurunan ekskresi asam urat atau kombinasi keduanya. Kadar asam urat normal pada wanita : 2,6-6

mg/dl, dan pada pria :3-7 mg/dl (Smeltzer,2002). *Arthritis Gout* adalah penyakit yang sering ditemukan dan tersebar diseluruh dunia. *Arthritis Gout* merupakan kelompok penyakit heterogen sebagai akibat deposisi kristal monosodium urat pada jaringan atau akibat supesaturasi didalam cairan ekstraseluler (Sudoyo, dkk, 2009). *Arthritis Gout* adalah penyakit metabolik yang ditandai oleh penumpukan asam



urat yang menyebabkan nyeri pada sendi, *Arthritis Gout* adalah asam yang berbentuk kristal-kristal yang merupakan hasil akhir dari metabolisme purin, kadar asam urat yang tinggi dapat menimbulkan kristal asam urat di persendian dan menjadi penyakit (La Ode, 2012).

Prevalensi *gout* di dunia menurut WHO 2018 (*World Health Organization*), mengalami kenaikan dengan jumlah 1370 (33,3%). Prevalensi *gout* juga meningkat pada kalangan orang dewasa di Inggris sebesar 3,2% dan Amerika Serikat sebesar 3,9%. Di Korea prevalensi asam urat meningkat dari 3,49% per 1000 orang pada tahun 2007 menjadi 7,58% per 1000 orang pada tahun 2015. Di Indonesia penyakit asam urat menduduki urutan kedua dari penyakit *osteoarthritis*, prevalensi asam urat tertinggi pada penduduk pantai karena kebiasaan atau pola makan ikan dan mengonsumsi alkohol dan di Indonesia diperkirakan bahwa asam urat terjadi pada 840 orang setiap 100.000 orang (Febriyanti, Mira 2018). Data Riset Kesehatan Dasar (2013) Prevalensi penyakit *Arthritis Gout* di Indonesia berdasarkan diagnosis atau gejalanya yaitu 24,7%. Prevalensi tertinggi yaitu di Nusa Tenggara Timur 33,1%, Sumatera Barat memiliki prevalensi penyakit *Arthritis Gout* 21,8% (RISKESDAS 2013).

Data Dinas Kesehatan Kota Padang pada tahun 2019, jumlah kasus *Arthritis Gout* di Kota Padang yaitu 1.134 orang (DINKES 2019). Dan berdasarkan Puskesmas dengan penderita *Arthritis Gout* adalah Puskesmas Dadok Tunggul Hitam urutan pertama dari wilayah Kuranji dan Balai Gadang sebanyak 74 penderita. Dari data awal didapatkan

bulan September-November dengan jumlah penderita 106 orang diantaranya laki-laki 28 orang dan perempuan 78 orang (Puskesmas Dadok Tunggul Hitam 2019).

Arthritis Gout merupakan salah satu jenis radang sendi atau inflamasi pada sendi yang disebabkan oleh pengendapan kristal monosodium urat dalam jaringan sinovial dan jaringan lainnya, *arthritis gout* akan menyebabkan kadar asam urat penderita meningkat dan juga penderita akan merasa nyeri, bengkak, kemerahan, dan hangat pada persendian. Apabila gejala yang muncul tidak diobati akan menyebabkan kerusakan pada sendi (Mandel, 2018). Penderita asam urat sering mengeluh kan rasa nyeri sendi pada malam hari dan pagi hari saat bangun tidur. Terhindar dari rasa nyeri atau rasa nyaman merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang merupakan tujuan dari pemberian asuhan keperawatan. Kebutuhan akan rasa nyaman meliputi ketentraman, kelegaan, dan terhindar dari rasa nyeri atau masalah kesehatan. Penilaian tentang konteks kenyamanan memberikan seorang perawat rentang pilihan yang lebih luas dalam mencari tindakan untuk mengatasi nyeri (Potter, Perry, 2006).

Kadar asam urat berkaitan erat dengan produksi purin dan asupan purin yang dikonsumsi. Purin di dalam tubuh yang telah dikatabolisme akan berubah menjadi asam urat. Asam urat yang merupakan hasil buangan akan dikeluarkan oleh ginjal dari dalam tubuh melalui urine dan sebagian kecil melalui feses, jika melebihi kadar asam urat dikategorikan mengalami Hiperurisemia, kondisi hiperurisemia ini sangat



berpotensi menimbulkan terjadinya serangan *Arthritis Gout*, bila kadar asam urat tinggi, asam urat akan membentuk kristal monosodium urate synovial (Membran pembungkus sendi) yang selanjutnya akan menimbulkan reaksi peradangan dan terjadinya *Arthritis Gout* (Smart, 2014).

Dampak jika kadar asam urat dalam tubuh yang berlebihan akan menimbulkan penumpukan kristal pada sendi dan pembuluh darah pada kapiler, lalu kristal tersebut akan saling bergesekan dan akan melakukan pergerakan dalam setiap sel persendian yang akan menyebabkan penyakit *gout arthritis* rasa nyeri yang hebat, dan akan mengganggu kenyamanan (Misnadiarly 2007). Bahaya asam urat jika tidak diobati, akan berdampak negatif apabila asam urat melebihi batas aman, maka komplikasi akan terjadi pada ginjal dan jantung, mereka yang menderita *hiperurikemia* beresiko meningkatkan pembentukan batu asam urat di ginjal dan batu kalsium oksalat. Kedua batu ini akan menyebabkan tingginya tekanan di batu ginjal dan pembuluh – pembuluh darah, sehingga dinding pembuluh darah semakin tebal dan aliran darah ke ginjal pun semakin berkurang, inilah yang menyebabkan terjadinya kerusakan ginjal (Dina 2017).

Berdasarkan berbagai dampak yang ditimbulkan, penyakit *Arthritis Gout* dapat dipicu oleh berbagai faktor-faktor yang memiliki potensi menimbulkan masalah atau kerugian kesehatan yang disebut dengan faktor resiko. Dengan mengetahui faktor resiko penyakit *Arthritis Gout*, dapat membantu masyarakat mengurangi resiko penyakit dengan faktor yang memicu penyakit *Arthritis Gout*

diantaranya usia, konsumsi makanan tinggi purin, dan konsumsi alkohol (Yanita, 2017).

Faktor-faktor tersebut dapat meningkatkan kadar asam urat, jika terjadi peningkatan kadar asam urat serta ditandai linu pada sendi, terasa sakit, nyeri, merah dan bengkak. *Gout* merupakan penyakit yang dapat dikendalikan walaupun tidak dapat disembuhkan, jika dibiarkan kondisi ini dapat berkembang menjadi *arthritis* yang melumpuhkan (Churlish, 2009).

Usia merupakan salah satu faktor resiko penyakit *Arthritis Gout*, penderita yang memiliki usia lebih tua cenderung memiliki kadar asam urat yang lebih tinggi. Semakin tua usia seseorang, maka resiko memiliki kadar asam urat dalam darah lebih tinggi, proses penuaan menyebabkan terjadinya gangguan dalam pembentukan enzim akibat penurunan kualitas hormon, proses penuaan mulai terlihat pada usia 40 tahun ke atas. Proses penuaan ditandai dengan hilangnya jaringan aktif tubuh secara bertahap dan menurunnya metabolisme basal sebesar 2% setiap tahunnya disertai dengan perubahan semua system dalam tubuh, salah satunya terjadi perubahan pada ginjal yaitu terjadi penurunan kecepatan (filtrasi), pengeluaran (ekskresi) dan penyerapan kembali (reabsorpsi) oleh ginjal (Setiati, dkk 2009),

Konsumsi makanan tinggi purin merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kadar asam urat yang mengandung purin yang tinggi, bahan pangan yang tinggi kandungan purinnya dapat meningkatkan kadar asam urat dalam darah, purin adalah salah satu zat yang terdapat pada tubuh makhluk hidup, peningkatan asam urat akibat konsumsi



purin disebabkan oleh kekurangan enzim HGPRT (*hypoxanthine guanine phosphoribosyl transferase*) sehingga terjadi gangguan metabolisme purin bawaan (*inborn error of purin metabolism*) dan aktivitas enzim fosforibosil pirofosfat sintetase (PRPP-sintetasi) yang berlebih (Tim Bumi Medika, 2017).

Konsumsi alkohol dan minuman ringan dapat meningkatkan resiko terkena penyakit asam urat karena alkohol dapat menyebabkan

pembuangan asam urat lewat urin berkurang, sehingga asam urat tetap bertahan dalam darah dan menumpuk dipersendian, alkohol merangsang produksi asam urat didalam hati sehingga pada proses pembuangan, hasil metabolisme alkohol menghambat pembuangan asam urat di ginjal, jika kebiasaan mengonsumsialkohol dan minuman ringan (softdrink) tidak dihentikan, penderita gout yang sudah membentuk tofus akan merasakan nyeri yang luar biasa (Lingga, 2012).

METODE

Berdasarkan hasil identifikasi masalah maka tim pengusul membuat langkah-langkah

pendekatan yang telah disepakati untuk menyelesaikan masalah tersebut.

Tujuan kegiatan	tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan pemahaman pada masyarakat tentang faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya peningkatan asam urat dan dengan dilakukannya penyuluhan ini maka masyarakat mengetahui bagaimana melakukan penatalaksanaan dini sebelum datang ke pelayanan.
Isi kegiatan	Penyuluhan yang dilakukan oleh tim pengusul tentang penatalaksanaan faktor penyebab terjadinya peningkatan asam urat
Sasaran	Seluruh masyarakat dewasa yang berkunjung ke puskesmas
Strategi	Ceramah, diskusi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Penyuluhan Ini Telah Dilakukan Pada Hari Senin 15 Februari 2020 Di Puskesmas dadok tugul hitam, dari kegiatan tersebut didapatkan jumlah peserta yang hadir adalah sebanyak 20 orang, dengan tim penyuluh sendiri terdiri dari presenter dan moderator serta fasilitator.

Adapun pelaksanaan kegiatan penyuluhan terdiri dari 3 tahapan yaitu :

1. Tahap orientasi
Sebelum acara dimulai maka tim pengabmas melakukan salam pembuka dengan memperkenalkan tim dan menyapa audiens. selanjutnya tim

menjelaskan tujuan dari kegiatan ini dan kontrak waktu dengan audiens.

2. Tahap penyajian
Sebagaimana layaknya melaksanakan penyuluhan maka, penyaji menggali terlebih dahulu pengetahuan audiens terkait dengan faktor penyebab arthritis gout. Selanjutnya penyaji memberikan reinforcement positif pada audiens atas tanggapan yang diberikan. Setelah itu penyaji melanjutkan menjelaskan materi.
3. Tahap terminasi
Sebelum kegiatan penyuluhan diakhiri maka penyaji memberi kesempatan kepada audiens untuk bertanya terlebih



dahulu terkait dengan materi yang disajikan. Dengan dibukanya forum tanya jawab ini maka tim penyuluh bisa melihat sejauh mana pemahaman audiens terhadap materi yang diberikan. Selanjutnya setelah sesi tanya jawab berakhir maka penyaji menutup kegiatan penyuluhan ini.

Pengabmas ini telah dilakukan, didapatkan bahwa dari 20 responden terdapat 67,3% responden dengan Arthritis Gout di Puskesmas Dadok Tunggul Hitam. Hasil

Arthritis Gout dianggap sebagai penyakit yang secara umum dikenali oleh masyarakat awam, sebenarnya asam urat merupakan senyawa yang ada di dalam tubuh manusia. Dalam kondisi normal, asam urat tidak akan berbahaya bagi kesehatan manusia, namun jika kelebihan (*hiperurisemia*) atau kekurangan (*hipourisemia*) kadar asam urat dalam plasma darah, maka akan menjadi indikasi penyakit pada tubuh manusia (Dina, 2017).

Arthritis Gout terjadi akibat mengomsumsi zat purin secara berlebihan. Pada kondisi normal, zat purin tidak berbahaya. Apabila zat purin berlebihan didalam tubuh, ginjal tidak mampu mengeluarkan zat tersebut sehingga zat tersebut mengkristal menjadi asam urat yang menumpuk dipersendian, akibatnya sendi akan terasa bengkak, meradang, nyeri, dan ngilu (Dina, 2017).

Arthritis Gout merupakan manifestasi dari metabolisme dari metabolisme zat purin yang terbentuk seperti kristal-kristal. Zat purin tersebut terdapat dalam makanan yang kita konsumsi, baik yang berasal dari hewan maupun tumbuhan. Jika kita mengonsumsi makanan

yang mengandung zat purin, maka zat purin inilah yang nantinya berpindah ke dalam tubuh. Jika zat purin di dalam tubuh sudah berlebihan, ginjal tidak mampu lagi mengeluarkannya dan inilah yang memicu penumpukan zat purin dalam tubuh yang kemudian berubah menjadi asam urat (Yekti, 2016). Fenomena kelebihan asam urat pada tubuh dapat menimbulkan penyakit yang dikenal dengan istilah penyakit pirai/*gout*, yaitu gangguan inflamasi akut yang ditandai dengan adanya nyeri terutama pada titik artikulasi tubuh akibat penimbunan kristal monosodium urat pada persendian maupun jaringan lunak di dalam tubuh. Selain itu, gangguan inflamasi ini juga dapat menimbulkan gangguan pada retina mata, ginjal, jantung, serta persendian (Shetty et al, 2011).

Asumsi peneliti, lebih dari separuh 35(67,3%) responden mengalami Arthritis Gout di puskesmas dadok tunggul hitam. Tingginya angka Arthritis Gout ini disebabkan oleh rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai penyebab penyakit Arthritis Gout dan penanganannya. Tanda dan gejala penyakit Arthritis Gout yang hampir mirip dengan gejala penyakit ringan membuat masyarakat enggan berobat ke pelayanan kesehatan. Selain itu, pola hidup yang tidak sehat seperti makan makanan tinggi purin dan mengonsumsi alkohol di tengah masyarakat juga mempengaruhi tingginya angka kejadian Arthritis Gout.

Akibat dari asupan makanan yang tinggi purin oleh para responden sehinggaterjadi kenaikan



kadar asam urat di dalam tubuh para. Kusumayanti, dkk, (2015) menyebutkan bahwa kenaikan kadar asam urat disebabkan tubuh kekurangan enzim urikase untuk mengubah asam urat sebagai produk akhir metabolisme purin menjadi allantoin larut air, sehingga berbagai penelitian menyebutkan bahwa terdapat hubungan asupan purin dengan kadar asam urat. Peningkatan kadar asam urat dengan cepat dapat terjadi, antara lain karena asupan makanan yang tinggi purin. Dalam kehidupan sehari-hari, pembatasan konsumsi makanan tinggi purin, seperti daging, jeroan, dan berbagai jenis sayurandan kacang-kacangan yang mengandung purin perlu dilakukan, terutama bagi penderita kadar asam urat tinggi, karena hal ini berpotensi meningkatkan metabolisme purin didalam tubuh yang menghasilkan kadar asam urat berlebih didalam darah. Hal ini dikarenakan tubuh telah menyediakan 85% senyawa purin untuk kebutuhan tubuh, sedangkan dari makanan hanya diperlukan 15% saja (Indriawan, 2015).

Asumsi penyaji, terdapatnya hubungan antara makan makanan tinggi purin dengan kejadian Arthritis Gout. Berdasarkan hasil penelitian, 67% responden yang menderita Arthritis Gout dengan tingginya makan makanan tinggi purin. Terjadinya penyakit Arthritis Gout ini dikarenakan sebagian besar responden mempunyai pola makan yang tidak baik serta adanya beban pikiran yang dialami oleh penderita Arthritis Gout. Berdasarkan hasil

penelitian terdapat penderita yang makan makanan tinggi purin tetapi tidak menderita Arthritis Gout hal ini dapat disebabkan karena faktor makanan yang dikonsumsi, aktivitas yang dilakukan, obat-obatan yang dikonsumsi, serta gaya hidup sehari-hari. Sedangkan responden yang tidak makan makanan tinggi purin tetapi menderita Arthritis Gout ini dapat disebabkan oleh berbagai hal seperti pola dan jumlah makanan yang dikonsumsi, aktivitas yang dilakukan, serta adanya riwayat didalam keluarga.

KESIMPULAN

Setelah kegiatan penyuluhan dilakukan dapat disimpulkan bahwa 75% responden paham dengan materi yang disajikan. Dari penjelasan juga bisa disimpulkan bahwa responden memahami bagaimana mengatasi kejadian arthritis gout dengan mengurangi konsumsi faktor penyebab.

DAFTAR PUSTAKA

- Aida Andriani dan Reny Chaidir, 2016, *Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Salam (Syzygium Polyantum) Terhadap Kadar Asam Urat*, Vol. 10 No 12 : 112-119. Di akses pada tanggal 13 Desember 2019.
- Ana B Montol, Agnes Rotinsulu, 2014. *Konsumsi minuman beralkohol dan kadar asam urat pada pria dewasa di kelurahan koya kecamatan tondano*. Di akses pada tanggal 12 Agustus 2020.
- Brunner dan Saddarth. 2005. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta : Buku Kedokteran EGC.



- Buku Panduan Penulisan Proposal / Skripsi Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Syedza Saintika Padang. 2018.
- DEPKES RI. 2013. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). Jakarta :Badan Penelitian Dan Pengembangan Kementrian Kesehatan RI.
- DINKES Kota Padang. 2019. Laporan Tahunan Geografis Wilayah Sebaran Penyakit Arthritis Gout Kota Padang.
- DityaYan kusuma dan Pradita Putri, 2016, *Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat*, Kosala, Vol. 4 No 1. Di akses pada tanggal 13 Desember 2019.
- Febriyanti dan Mira Andika, 2018, *Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Salam (SyzygiumPolyantum) Terhadap Kadar AsamUrut Pada Lansia*, Vol. XII No 4. Di akses pada tanggal 12 Desember 2019.
- Misnadiarly. 2017. *Asam Urat Hiperusemia Arthritis Gout*. Jakarta :Pustaka Obor Populer.
- Nancy S Bawiling, Mira Kumayas, 2016. Hubungan konsumsi alkohol dengan kejadian arthritis gout di puskesmas motoling. Di akses pada tanggal 12 Agustus 2020.
- Notoatmojo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta :Rineka Cipta.
- Notoatmojo, S. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta :RinekaCipta.
- Nurhamidah, Selpi Nofiani, 2015. Faktor yang berhubungan dengan kejadian asam urat pada pasien rawat jalan di rumah sakit stroke nasional bukittingi. Di akses pada tanggal 12 Agustus 2020.
- Nurlaili Farida Muhajir, Subrata Tri Widada, Buton Afuranto, 2012. Hubungan antara usia dengan kadar asam urat di laboratorium puskesmas sari Imran Tumenggung, 2015. Hubungan pola makan dengan kejadian arthritis gout di rsudtotoka bila kabupaten bonebolango. Di akses pada tanggal 12 Agustus 2020.
- Jilly Priskila Lioso, Ricky C. Sondakh, Budi T. Ratag, 201. Hubungan anatara umur, jenis kelamin dan indeks massa tubuh dengan arthritis gout pada masyarakat yang datang berkunjung di puskesmas paniki bawah kota manado. Di akses pada tanggal 12 Agustus 2020.
- Junadi, I. 2012. *Rematik Dan AsamUrut*, Jakarta: PT BhunaIlmuPopuler.
- La Ode, S. 2012. *AsuhanKeperawatanGerontik*. Yogyakarta: NuhaMedika.
- Mansjoer, Arif. 2009. *KapitaSelektaKedokteran*. Jakarta :RinekaCipta
- mulyoihiharjos leman yogyakarta. Di akses pada tanggal 12 Agustus 2020.
- Potter dan Perry. 2006. *Fundamental Keperawatan Volume 2*. Jakarta : EGC.
- Savitri, Dina. 2007. *Diam-Diam Mematikan Cegah Asam Urat dan Hipertensi*. Jakarta : EGC.
- Smart, A. 2014. *Rematik Dan AsamUrat :Pengobatan Dan Terapi Sampai Sembuh Total*. Yogyakarta: A Plus Books.
- Smeltzer. 2007. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah, Alih Bahasa Oleh Agung Wahyu*. Jakarta : EGC.
- Veronica Flaurensia Magdalena Kussoy, Rina Kundre, Ferdinand Wowiling, 2019. Kebiasaan makan makanan tinggi purin dengan kadar asam urat di puskesmas remboken. Di akses pada tanggal 12 Agustus 2020.
- Wartini, N. M. 2009. *Senyawa Penyusun Ekstra Flavor Daun Salam (Eugenia*



- Polyantha Wight*). Vol 15. No 2 : 72-77. Diakses pada tanggal 13 Desember 2019.
- World Health Organization (WHO). 2018. Arthritis Gout Profil: Indonesia. WHO. Di akses 10 Desember 2019.
- Yanita, Nurdan Nur Syamsiyah. 2017. *Berdamai Dengan Asam Urat*. Jakarta : Bumi Medika.
- Yekti, Mumpuni dan Ari Wulandari. 2016. *Cara Jitu Mengatasi Asam Urat*. Yogyakarta : Rapha Publishing.