

Increasing Knowledge and Behavioral Change in Handling and Prevention of Gout Through Counseling in Antang Village, Manggala District, South Sulawesi

Rismawati Kadir^{1*}, Rizkia Djohar², Irmawati³, Almaida⁴, Maya Apriliah Ruslan⁵
Universitas Negeri Makassar

Corresponding Author: Rismawati Kadir Rismawatikadirimmakadir@gmail.com

ARTICLE INFO

Keywords: Health, Gout, Increased Knowledge

Received : 16, March

Revised : 15, April

Accepted: 20, May

©2023 Kadir, Djohar, Irmawati, Almaida, Ruslan: This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



ABSTRACT

Gout has become a significant health problem in Indonesia, including in Antang Village. This disease can cause joint pain, swelling, and serious complications if left untreated. This research aims to see the effect of counseling on gout disease by increasing knowledge and changing the behavior of people in the Antang Village. The method used is a descriptive method with a qualitative approach. The sampling technique used was purposive sampling, involving nine respondents who met the criteria of being elderly and suffering from gout. The sources of data in this study came from interviews with respondents, direct observation, and medical records. This research was conducted within one week in Antang Village, Manggala District. The results showed that counseling on gout disease was effective in increasing public knowledge in Antang Village.

Meningkatkan Pengetahuan dan Perubahan Perilaku dalam Penanganan dan Pencegahan Penyakit Asam Urat Melalui Penyuluhan di Kelurahan Antang, Kecamatan Manggala, Sulawesi Selatan

Rismawati Kadir^{1*}, Rizkia Djohar², Irmawati³, Almaida⁴, Maya Aprilia Ruslan⁵
Universitas Negeri Makassar

Corresponding Author: Rismawati Kadir Rismawatikadirimmakadir@gmail.com

ARTICLE INFO

Kata Kunci: Kesehatan, Asam Urat, Peningkatan Pengetahuan

Received : 16, March

Revised : 15, April

Accepted: 20, May

©2023 Kadir, Djohar, Irmawati, Almaida, Ruslan: This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



ABSTRAK

Penyakit asam urat telah menjadi permasalahan kesehatan yang signifikan di Indonesia, termasuk di Kelurahan Antang. Penyakit ini dapat menyebabkan nyeri sendi, pembengkakan, dan komplikasi serius jika tidak ditangani dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh penyuluhan penyakit asam urat terhadap peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku masyarakat di Kelurahan Antang. Metode yang digunakan adalah metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan melibatkan 9 responden dengan kriteria lansia dan mengidap Asam Urat. Sumber data dalam penelitian ini bersumber dari wawancara dengan responden, observasi secara langsung, dan catatan medis. Penelitian ini dilakukan dalam waktu satu minggu di Kelurahan Antang Kecamatan Manggala. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyuluhan penyakit Asam Urat efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat di Kelurahan Antang.

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan suatu hal yang penting dalam kehidupan, sehingga tingkat yang diwakili oleh angka harapan hidup menjadi indikator yang selalu digunakan dalam indeks pembangunan manusia. Pada dewasa ini penyakit tidak menular kurang lebih mempunyai kesamaan dengan beberapa sebutan lainnya seperti salah satunya penyakit degeneratif (Bustan, 2007). Disebut penyakit degeneratif karena angka kejadiannya bersangkutan dengan proses degenerasi pada usia lanjut yang berlangsung sesuai waktu dan umur (Irianto, 2014). Penyakit degeneratif pada umumnya menyerang sistem saraf, Pembuluh darah, otot, dan tulang manusia. Contoh penyakit yang menyerang pembuluh darah, persendian, dan tulang salah satunya adalah asam urat.

Asam urat disebut juga artritis gout termasuk suatu penyakit degeneratif yang menyerang persendian, dan paling sering dijumpai di masyarakat terutama dialami oleh lanjut usia (lansia). Namun tak jarang penyakit ini juga ditemukan pada golongan pralansia (Damayanti, 2012). 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 timbulnya rasa nyeri yang teramat sangat bagi penderitanya. Penyakit ini sering disebut penyakit gout atau lebih dikenal dengan penyakit asam urat (Andry, 2009).

Penyakit gout adalah penyakit akibat gangguan metabolisme purin yang ditandai dengan hiperurisemia dan serangan sinovitis akut berulang-ulang. Kelainan ini berkaitan dengan penimbunan kristal urat monohidrat monosodium dan pada tahap yang lebih lanjut terjadi degenerasi tulang rawan sendi, insiden penyakit gout sebesar 1-2%, terutama terjadi pada usia 30-40 tahun dan 20 kali lebih sering pada pria daripada wanita (Muttaqin, 2008). Ukuran kadar asam urat normal menurut WHO (2016) yaitu: Pada laki-laki dewasa kadar normal asam urat adalah sekitar 2-7,5 mg/dL, sementara itu pada wanita yang sudah dewasa adalah 2-6,5 mg/dL. Pada laki-laki dengan usia diatas 40 tahun kadar normal asam urat yaitu 2-8,5 mg/dL dan pada wanita yaitu 2-8 mg/dL. Anak-anak yang berusia 10-18 Tahun, pada laki-laki kadar normal asam urat adalah 3,6-5,5 mg/dL dan pada wanita yaitu 3,6-4 mg/dL. Insiden gout di Indonesia menduduki urutan kedua setelah osteoarthritis (Dalimartha, 2008 dikutip dari penelitian Festy dkk). Prevalensi gout di Indonesia diperkirakan 1,6- 13,6/100.000 orang, prevalensi ini meningkat seiring dengan meningkatnya umur (Tjokroprawiro, 2007). Prevalensi gout di Jawa Timur sebesar 17%, prevalensi gout di Surabaya sebesar 56,8% (Festy, 2010).

Faktor yang memengaruhi kadar asam urat digolongkan menjadi tiga: Faktor primer, faktor sekunder dan faktor predisposisi. Pada faktor primer dipengaruhi oleh faktor genetik. Faktor sekunder dapat disebabkan oleh dua hal, yaitu produksi asam urat yang berlebihan dan penurunan ekskresi asam urat. Pada faktor predisposisi dipengaruhi oleh usia, jenis kelamin, dan iklim (Muttaqin, 2008). Faktor sekunder dapat berkembang dengan penyakit lain (obesitas, diabetes melitus, hipertensi, polisitemia, leukemia, mieloma, anemia

sel sabit dan penyakit ginjal). Faktor risiko yang menyebabkan orang terserang penyakit asam urat, Vitahealth (2007) adalah genetik/riwayat keluarga, asupan senyawa purin berlebihan, konsumsi alkohol berlebih, kegemukan (obesitas), hipertensi, gangguan fungsi ginjal dan obat-obatan tertentu (terutama diuretika).

Faktor faktor tersebut di atas dapat meningkatkan kadar asam urat, jika terjadi peningkatan kadar asam urat serta di tandai linu pada sendi, terasa sakit, nyeri, merah dan bengkak keadaan ini dikenal dengan gout. Gout termasuk penyakit yang dapat dikendalikan walaupun tidak dapat disembuhkan, namun kalau dibiarkan saja kondisi ini dapat berkembang menjadi arthritis yang melumpuhkan (Charlish, 2009). Gout berpotensi menyebabkan infeksi ketika terjadi ruptur tofus, batu ginjal, hipertensi dan penyakit jantung lain.

Pendidikan kesehatan pada hakekatnya adalah membantu agar individu dapat mengambil sikap yang bijaksana terhadap kesehatan dan kualitas hidup mereka serta yang diharapkan tenaga kesehatan adalah masyarakat memiliki pengetahuan yang cukup serta menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Penyampaian pesan yang dilakukan dalam pendidikan kesehatan atau penyuluhan tidak hanya dilakukan dengan cara face to face, namun juga dapat dilakukan dengan menggunakan berbagai media. Dan dilihat dari efektif tidaknya bentuk atau metode penyuluhan kesehatan.

TINJAUAN PUSTAKA

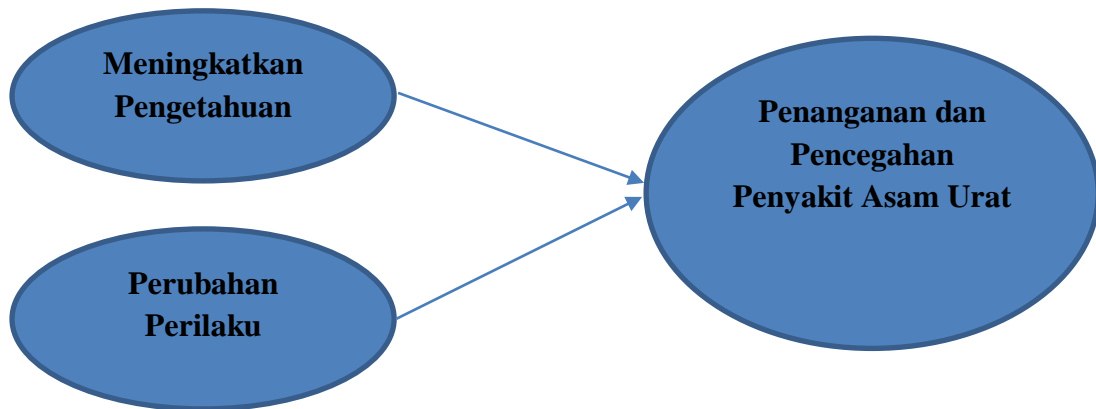
Health Belief Model (Model Keyakinan Sehat)

Teori ini berfokus pada keyakinan individu tentang penyakit, persepsi tentang ancaman, manfaat tindakan pencegahan, serta hambatan yang dirasakan dalam mengadopsi perilaku sehat. Dalam konteks penelitian ini, teori ini dapat membantu memahami faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku penanganan dan pencegahan penyakit asam urat serta bagaimana meningkatkan pengetahuan dan motivasi individu dalam mengadopsi perilaku sehat terkait penyakit tersebut.

Theory of Planned Behavior (Teori Perilaku Terencana)

Teori ini mengemukakan bahwa perilaku dipengaruhi oleh keyakinan individu terhadap akibat perilaku, norma subjektif (pendapat orang lain), dan kontrol perilaku yang dirasakan. Dalam konteks penelitian ini, teori ini dapat membantu memahami faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku penanganan dan pencegahan penyakit asam urat serta bagaimana meningkatkan pengetahuan dan sikap individu dalam mengubah perilaku mereka.

Setelah bagian hipotesis, jika studi Anda kuantitatif, harap berikan kerangka kontekstual di sini, atau peta pikiran Anda, jika kualitatif.



Gambar 1. Kerangka Konseptual

METODOLOGI

Penelitian ini dilaksanakan dengan menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif, Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan melibatkan 9 responden dengan kriteri lansia dan mengidap Asam Urat. Sumber data dalam penelitian ini bersumber dari wawancara dengan responden, observasi secara langsung, dan catatan medis. Penelitian ini dilakukan dalam waktu satu minggu di Kelurahan Antang Kecamatan Manggala. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyuluhan penyakit Asam Urat efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat di Kelurahan Antang.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil wawancara dan proses penyuluhan yang dilakukan maka, hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

Data Inti

1) Identitas Kelompok

- a. Lansia di RT 003 RW 005 kelurahan manggala, berjumlah orang, orang laki-laki dan orang perempuan.
- b. Lokasi tempat tinggal berada di kelurahan Manggala.
- c. Usia penduduk yang berisiko adalah lansia.
- d. Riwayat komunitas yang dapat mengakibatkan timbulnya gangguan kesehatan adalah timbulnya gangguan kesehatan.

2) Data Demografi

Tabel 1. Data Demografi Responden

NO	Usia	Jumlah
1	60-69	5
2	60-69	1
3	>70	3
	Total	9

Tabel 2. Data Demografi Responden

No	Jenis Kelamin	Jumlah
1	Laki-laki	7
2	Perempuan	2
	Total	9

Tabel 3. Data Demografi Responden

No	Agama	Jumlah
1.	Islam	9
	Total	9

Tabel 4. Data Demografi Responden

No	Tingkat Pengetahuan	Jumlah
1.	Baik	9
2.	Kurang Baik	
	Total	9

Tabel 5. Kepaniteraan Klinik Bagian Keperawatan Komunitas

I. VALIDASI			
		Pengumpul data	Data input
1	Nama Pewawancara	Kelompok 4	<input type="text"/>
2	Tanggal/bulan/tahun	06 /05 /2023	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
3	No.ID KK :		
4	Desa (Kelurahan) / RW / RT	Kelurahan Antang / 005/003	
5	Kecamatan	Manggala	
6	Nama Responden	Tn.S	

Tabel 6. Kepaniteraan Klinik Bagian Keperawatan Komunitas
Form: Masalah lansia

I. VALIDASI			
		Pengumpul data	Data input
1	Nama Pewawancara	Kelompok 4	<input type="text"/>
2	Tanggal/bulan/tahun	06 /05 /2023	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
II. Identitas Lansia			
3	Desa (Kelurahan) / RW / RT	Kelurahan Antang / 005 /003	
4	Kecamatan	Manggala	
5	Nama Responden	Tn. N	

6	Nama Lansia	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tn.B 2. Tn. N 3. .Ny.R
7	Umur lansia	<ol style="list-style-type: none"> 1. 55-59 tahun 2. 60-69 tahun 3. > 70 tahun <p>Isi sesuai dengan jumlah lansia pada butir 3</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 63 2. 61
8	Dengan adanya penyakit, sebutkan apa yang dilakukan lansia	<ol style="list-style-type: none"> 1. Berobat ke sarana Yankes 2. Berobat ke dukun 3. Berobat ke praktik tenaga kesehatan 4. Diobati/ diatasi sendiri <p>Isi sesuai dengan jumlah lansia pada butir 3</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 1 2. 1
9	Berapa kali lansiamemeriksakan kesehatannya dalam setahun	<ol style="list-style-type: none"> 1. 1 x 2. 2 x 3. 3 x 4. Jika sakit saja <p>Isi sesuai dengan jumlah lansia pada butir 3</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 3X 2. 3X
10	Apakah kegiatan Lansia sehari-hari	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pengajian/ keagamaan 2. Berkebun/ bertani 3. Memelihara hewan 4. Menonton TV 5. Lain-lain, sebutkan..... <p>Isi sesuai dengan jumlah lansia pada butir 3</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 2 2. 2
11	Bentuk bantuan apa yang dibutuhkan llansia di masyarakat	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dana sehat 2. Pelayanan kesehatan/ Posyandu lansia 3. Kelompok lansia 4. Panti jompo 5. Penyuluhan kesehatan 6. Lain-lain, sebutkan..... <p>Isi sesuai dengan jumlah lansia pada butir 3</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 2 2. 2

12	Tuliskan dalam bentuk narasi masalah yang dialami oleh lansia berdasarkan observasi yang anda lakukan	Berdasarkan pengkajian yang dilakukan didapatkan hasil bahwa lansia mengidap penyakit asam urat dan melakukan pemeriksaan setahun 3x di puskesmas terdekat.
----	---	---

Tabel 7. Kepaniteraan Klinik Bagian Keperawatan Komunitas

I. VALIDASI			
		Pengumpul data	Data input
1	Nama Pewawancara	Kelompok 4	<input type="text"/>
2	Tanggal/bulan/tahun	06 /05 /2023	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
3	No.ID KK :		
4	Desa (Kelurahan) / RW / RT	Kelurahan Antang / 005/003	
5	Kecamatan	Manggala	
6	Nama Responden	1. Ny.S 2. Tn. P	

Tabel 8. Kepaniteraan Klinik Bagian Keperawatan Komunitas
Form: Masalah lansia

I. VALIDASI			
		Pengumpul data	Data input
1	Nama Pewawancara	Kelompok 4	<input type="text"/>
2	Tanggal/bulan/tahun	06 /05 /2023	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
II. Identitas Lansia			
3	Desa (Kelurahan) / RW / RT	Kelurahan Antang / 005 /003	
4	Kecamatan	Manggala	
5	Nama Responden	Tn.S	
6	Nama Lansia	Tn.S	
7	Umur lansia	1. 55-59 tahun 2. 60-69 tahun 3. > 70 tahun Isi sesuai dengan jumlah lansia pada butir 3 1. 62	
8	Dengan adanya penyakit, sebutkan apa yang dilakukan lansia	1. Berobat ke sarana Yankes 2. Berobat ke dukun 3. Berobat ke praktik tenaga kesehatan 4. Diobati/ diatasi sendiri Isi sesuai dengan jumlah lansia pada butir 3 1.1	

9	Berapa kali lansiamemeriksakan kesehatannya dalam setahun	<ol style="list-style-type: none"> 1. 1 x 2. 2 x 3. 3 x 4. Jika sakit saja <p>Isi sesuai dengan jumlah lansia pada butir 3</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 3X
10	Apakah kegiatan Lansia sehari-hari	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pengajian/ keagamaan 2. Berkebun/ bertani 3. Memelihara hewan 4. Menonton TV 5. Lain-lain, sebutkan..... <p>Isi sesuai dengan jumlah lansia pada butir 3</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.4 2. Melakukan pekerjaan RT
11	Bentuk bantuan apa yang dibutuhkan llansia di masyarakat	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dana sehat 2. Pelayanan kesehatan/ Posyandu lansia 3. Kelompok lansia 4. Panti jompo 5. Penyuluhan kesehatan 6. Lain-lain, sebutkan..... <p>Isi sesuai dengan jumlah lansia pada butir 3</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.-
12	Tuliskan dalam bentuk narasi masalah yang dialami oleh lansia berdasarkan observasi yang anda lakukan	Berdasarkan pengkajian yang dilakukan didapatkan hasil bahwa lansia mengalami nyeri pada lutut tetapi jarang terjadi, kemudian lansia sering mengalami nyeri pada punggung dan lansia sangat menjaga pola makan.

Tabel 9. Kepaniteraan Klinik Bagian Keperawatan Komunitas

I. VALIDASI			
		Pengumpul data	Data input
1	Nama Pewawancara	Kelompok 4	<input type="text"/>
2	Tanggal/bulan/tahun	06 /05 /2023	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
3	No.ID KK :		
4	Desa (Kelurahan) / RW / RT	Kelurahan Antang / 005/003	
5	Kecamatan	Manggala	
6	Nama Responden	Ny.M	

Tabel 10. Kepaniteraan Klinik Bagian Keperawatan Komunitas
Form: Masalah lansia

I. VALIDASI			
		Pengumpul data	Data input
1	Nama Pewawancara	Kelompok 4	<input type="text"/>
2	Tanggal/bulan/tahun	06 /05 /2023	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
II. Identitas Lansia			
3	Desa (Kelurahan) / RW / RT	Kelurahan Antang / 005 /003	
4	Kecamatan	Manggala	
5	Nama Responden	Ny.M	
6	Nama Lansia	Tn.K	
7	Umur lansia	1. 55-59 tahun 2. 60-69 tahun 3. > 70 tahun Isi sesuai dengan jumlah lansia pada butir 3 1. 72	
8	Dengan adanya penyakit, sebutkan apa yang dilakukan lansia	1. Berobat ke sarana Yankes 2. Berobat ke dukun 3. Berobat ke praktik tenaga kesehatan 4. Diobati/ diatasi sendiri Isi sesuai dengan jumlah lansia pada butir 3 1. 4	
9	Berapa kali lansiamemeriksakan kesehatannya dalam setahun	1. 1 x 2. 2 x 3. 3 x 4. Jika sakit saja Isi sesuai dengan jumlah lansia pada butir 3 1.-	
10	Apakah kegiatan Lansia sehari-hari	1. Pengajian/ keagamaan 2. Berkebun/ bertani 3. Memelihara hewan 4. Menonton TV 5. Lain-lain, sebutkan..... Isi sesuai dengan jumlah lansia pada butir 3 1. 4	

11	Bentuk bantuan apa yang dibutuhkan lansia di masyarakat	<ol style="list-style-type: none">1. Dana sehat2. Pelayanan kesehatan/ Posyandu lansia3. Kelompok lansia4. Panti jompo5. Penyuluhan kesehatan6. Lain-lain, sebutkan..... <p>Isi sesuai dengan jumlah lansia pada butir 3</p> <ol style="list-style-type: none">1. 1 dan 2
12	Tuliskan dalam bentuk narasi masalah yang dialami oleh lansia berdasarkan observasi yang anda lakukan	Berdasarkan pengkajian yang dilakukan didapatkan hasil lansia mengalami lumpuh pada kedua kaki,tidak pernah melakukan pemeriksaan pada layanan kesehatan,kegiatan sehari-hari yaitu tidur,bangun dan makan



Gambar 2. Penyuluhan

Makanan yang harus dihindari

KATEGORI	JENIS MAKANAN
Jeraan	Ginjal, limpa, usus, hati, paru, dan otak
Seafood	Udang, cumi, kerang, kepiting, ikan teri, dll
Makanan Olahan	Abon, dendeng, keju, es krim, kaldu
Makanan Kaleng	Kornet sapi, sarden
Kacang	Kacang kedelai, kacang tanah, kacang hijau, tauge
Sayuran	Kembang kol, bayam, buncis, daun singkong, daun papaya,
buah	Durian, nanas, air kelapa

bisa dikonsumsi dalam jumlah sedikit

- Tempe dan tahu
- Ikan daging ayam, daging kuda, daging kambing, daging sapi
- Kangkung, tauge, brokoli, dau papaya, asparagus, kacang dan jamur.
- Santan margarine, mentega



ASAM URAT

KELOMPOK 4
KEPERAWATAN KOMUNITAS

Apa itu Asam Urat?

Penyakit asam urat adalah peradangan pada sendi yang disebabkan karena tingginya kadar asam urat dalam darah.

Asam urat adalah sisa-sisa pemecahan zat makanan yang mengandung purin, yang seharusnya dikeluarkan saat BAK, namun karena jumlah yang dikonsumsi lebih banyak dari pada yang dikeluarkan sehingga menyebabkan purin tersebut akan menumpuk dan membentuk Kristal di sendi.



Sehingga menyebabkan :

- Rasa sakit pada sendi
- Sendi membesar, kemerahan, hangat dan kaku
- Rasa sakit akan bertambah ketika

Asam urat yang sudah menahun dan tidak segera ditangani bisa berubah menjadi tophi



Faktor Risiko

1. Obesitas
2. Lansia
3. Jenis kelamin pria
4. Keturunan
5. Riwayat penyakit seperti, hipertensi, gagal ginjal, diabetes
6. Asupan tinggi PURIN

Mengatasi

- konsumsi obat pereda nyeri
- Tempelkan kantong es pada bagian yang sakit

Mencegah

- konsultasi ke dokter
- Mengonsumsi obat penurun kadar asam urat
- Menjaga BB normal
- Banyak minum air putih

Gambar 3. Brosur Penyuluhan

PEMBAHASAN

Penyakit asam urat di Indonesia mengalami peningkatan. Berdasarkan diagnose dari tenaga kesehatan di Indonesia (11,9%) dan berdasarkan dari diagnosis atau gejala asam urat (24,7%), berdasarkan pada usia lebih dari 75 tahun (54,8%). Pada penderita perempuan (8,46%), sedangkan pada penderita pria (6,13%) (Risksdas, 2018). Untuk mencegah adanya asam urat di dalam darah pada tubuh seseorang dapat dilakukan dengan meningkatkan kadar asam laktat. Asam laktat terbentuk dari proses glikolisis yang terjadi di otot. Jika otot berkontraksi di dalam media anaerob (tanpa oksigen) maka glikogen yang menjadi produk dari akhir glikolisis akan dimetabolisme menjadi laktat sebagai produk akhir utama. Sehingga penyakit asam urat dapat dicegah dengan menerapkan istirahat yang cukup yaitu 7-9 jam per hari (Hapsari, 2021).

Usaha pencegahan terjadinya penyakit asam urat dapat bermanfaat bagi penderita asam urat agar penyakit tersebut tidak menjadi lebih parah, tentunya hal tersebut harus disertai dengan pemakaian obat yang ditentukan oleh dokter. Agar terhindar dari komplikasi fatal pada asam urat dapat dilakukan dengan pencegahan, antara lain mengurangi asupan tinggi purin, menghindari kegemukan (obesitas) dengan menjaga berat badan normal atau tidak berlebihan, dan mengurangi aktivitas fisik yang berlebihan karena akan meningkatkan kadar pada asam urat di dalam darah yang diakibatkan oleh ketidakmampuan pada ginjal yang mengeluarkan asam urat berlebih dari dalam tubuh manusia dan mengkonsumsi banyak air putih untuk membantu pengeluaran asam urat (Fauzi, 2018).

Untuk penanganan dan pencegahan penyakit asam urat melalui penyuluhan di Kelurahan Antang, Kecamatan Manggala, Sulawesi Selatan, masyarakat dapat melakukan dengan cara berolahraga secara teratur agar dapat menjaga berat badan, karena jika berat badan sangat berlebihan dapat menimbulkan adanya penyakit asam urat di dalam organ tubuh manusia dan dapat memicu banyak tekanan pada persendian. Masyarakat juga harus mengkonsumsi makanan yang sehat dan bergizi misalnya sayur dan buah yang memiliki antioksidan yang tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian (Syenshie Virgini Wetik, 2022) diketahui bahwa pemberian pendidikan kesehatan mengenai pencegahan penyakit asam urat sangat penting terutama dalam membantu menurunkan kadar asam urat. Hal tersebut dapat terjadi karena pengetahuan yang diberikan bagi penderita untuk menerapkan diet yang tepat dan bisa diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, sehingga dapat membantu dalam usaha untuk menurunkan kadar asam urat dalam darah.

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penyuluhan tentang penyakit asam urat efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat di Kelurahan Antang, Kecamatan Manggala, Sulawesi Selatan. Penelitian ini dilakukan dengan metode deskriptif dan pendekatan kualitatif. Sampel penelitian melibatkan 9 responden yang merupakan lansia

dan mengidap asam urat. Penyuluhan dilakukan selama satu minggu di Kelurahan Antang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyuluhan tentang penyakit asam urat memberikan pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat di Kelurahan Antang. Hal ini menunjukkan bahwa upaya meningkatkan pengetahuan dan perubahan perilaku dalam penanganan dan pencegahan penyakit asam urat melalui penyuluhan memiliki dampak positif.

Dalam penanganan dan pencegahan penyakit asam urat, masyarakat dapat melakukan langkah-langkah seperti berolahraga secara teratur, menjaga berat badan, mengkonsumsi makanan sehat dan bergizi, serta menghindari faktor risiko seperti asupan purin berlebihan, konsumsi alkohol berlebih, obesitas, hipertensi, gangguan fungsi ginjal, dan penggunaan obat-obatan tertentu. Dengan meningkatnya pengetahuan masyarakat melalui penyuluhan, diharapkan masyarakat dapat lebih sadar dan mengimplementasikan langkah-langkah pencegahan serta mengelola penyakit asam urat dengan lebih baik.

PENELITIAN LANJUTAN

Kami berharap pada penelitian selanjutnya dapat menggunakan desain penelitian longitudinal dan diharapkan melakukan pengukuran kadar asam urat sebelum dan sesudah pengukuran kepatuhan pasien gout.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat, karunia, dan hidayah – Nya. Shalawat serta salam juga kami haturkan kepada junjungan kita, Nabi Muhammad SAW, sebagai suri teladan dalam mengembangkan ilmu pengetahuan.

Kami ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan kontribusi berharga dalam penelitian ini. Pertama-tama kami ingin menyampaikan terimakasih kepada bapak/ibu masyarakat kelurahan Antang yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini serta terbuka dalam proses wawancara dan mau menerima informasi yang disampaikan penyuluh dengan baik. Kami juga ingin menyampaikan penghargaan dan terima kasih kepada tim penyuluh yang berperan aktif dalam memberikan informasi yang berharga mengenai penanganan dan pencegahan penyakit Asam Urat pada lansia.

Terakhir, kami ingin memberi ucapan terima kasih kepada pihak-pihak terkait lainnya yang telah memberikan kontribusi berharga, seperti Lembaga riset, perpustakaan, dan fasilitas pendukung lainnya. Semua bantuan dan dukungan yang diberikan telah menjadi bagian penting dalam keberhasilan penelitian ini. Kami berharap hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan dan perubahan perilaku dalam penanganan dan pencegahan penyakit Asam Urat di Kelurahan Antang dan wilayah lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Amrulloh, A,M,K. (2017). *Hubungan Peran Keluarga Dengan Perilaku Pencegahan Peningkatan Kadar Asam Urat Pada Lansia*. Skripsi.
- Andry., Saryono dan Upoyo, AS. (2009) . *Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kadar Asam Urat pada Pekerja Kantor di Desa Karang Turi Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes*. Jurnal keperawatan Soedirman (The Journal of Nursing). 4 (1:26-31)
- Bustan, M,N. (2007). *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: Rineka.
- Churlish. (2009). *Jawaban-jawaban Alternatif untuk Arthritis & Rematik, diterjemahkan oleh Theodorus Dharma W, 16-19, PT Citra Aji Pramana*. Yogyakarta.
- Damayanti. (2012). *Panduan Lengkap Mencegah & Mengobati Asam Urat*. Yogyakarta: Araska.
- Festy, P, dkk. (2010). *Hubungan Antara Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Darah pada Wanita Posmenopause di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Dr. Soetomo Surabaya*. Surabaya, Universitas Muhammadiyah. Jurnal.

- Fauzi. (2018). *Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Kadar Asam Urat (Gout) Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Batu Aji Kota Batam*. Institut Kesehatan Mitra Bunda Batam. Jurnal.
- Hapsari. (2021). *Sosialisasi Pencegahan Penyakit Gout Dan Pemeriksaan Asam Urat Pada Petani Kampung Seafen Empat Dua Kabupaten Keerom*. Universitas Sains dan Teknologi Jayapura. Jurnal.
- Irianto Koes. (2014). *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Bandung: Alfabet
- Irdiansyah, Iful. (2022). *Pengaruh Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gouth Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Bone Rombo Kabupaten Buton Utara*. Kendari: Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan.
- Lasmawanti, S, dkk. (2022). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pencegahan Asam Urat Pada Lanjut Usia Di Susun IV Pada Lanjut Usia Di Dusun IV Desa Air Jorman*. Institut Kesehatan Helvetia. Jurnal.
- Muttaqin, Arif. (2008). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien Dengan Gangguan Sistem Immunologi*. Jakarta: Salemba Medika
- Vitahealth . (2007). *Asam Urat*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Wetik, V,S. (2022). *Efektivitas Pendidikan Kesehatan Tentang Kepatuhan Diet Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pasien Gout Arthritis*. Universitas Katolik De La Salle Manado.