

Pemeriksaan Kadar Asam Urat dan Penyuluhan tentang Penyakit Gout pada Masyarakat di Desa Kalisari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan

Susianti, Betta Kurniawan, Reni Zuraida, Hanna Mutiara

Fakultas Kedokteran Universitas Lampung

Abstrak

Penyakit gout adalah salah satu tipe dari arthritis (rematik) yang disebabkan terlalu banyaknya atau tidak normalnya kadar asam urat di dalam tubuh. Di masyarakat beredar mitos bahwa ngilu sendi berarti penyakit asam urat. Pengertian ini perlu diluruskan, sehingga dirasa perlu untuk melakukan penyuluhan dan perlu dilakukan pemeriksaan kadar asam urat. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 15 November 2015 pukul 15.30 s.d. 17.30 WIB di Desa Kalisari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan dan dihadiri 31 orang warga yang didominasi oleh ibu-ibu rumah tangga. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan yang dilanjutkan dengan diskusi. Evaluasi yang dilakukan terdiri dari evaluasi awal (*pre-test*), evaluasi proses (pertanyaan saat diskusi) dan evaluasi akhir (*post-test*). Berdasarkan data hasil pengamatan diperoleh rata-rata nilai *pre-test* peserta 45,61 dan *post-test* 65,37. Setelah mendapatkan penyuluhan mengenai penyakit gout, terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat di Desa Kalisari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan tentang penyakit gout. Setelah dilakukan penyuluhan, masing-masing peserta diperiksa kadar asam urat dalam darah yang diambil dari darah perifer dan diperiksa menggunakan *stick*. Dari hasil pemeriksaan didapatkan bahwa dari 31 orang peserta dan 10 orang yang memiliki kadar asam urat di atas normal. Itu berarti angka kejadian gout di desa Kalisari cukup tinggi. Terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat di Desa Kalisari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan tentang penyakit gout. Angka kejadian penyakit gout di Desa Kalisari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan sendiri cukup tinggi.

Korespondensi: dr. Susianti, M.Sc. | Fakultas Kedokteran Universitas Lampung, Jalan Prof. Soemantri Brojonegoro No. 1, Bandar Lampung, Indonesia. 35145 | Telp/Fax: (0721) 7691197
e-mail: susiantiglb@yahoo.com

PENDAHULUAN

Penyakit gout adalah salah satu tipe dari arthritis (rematik) yang disebabkan terlalu banyaknya atau tidak normalnya kadar asam urat di dalam tubuh karena tubuh tidak bisa mengsekresikan asam urat secara normal/ seimbang.¹ Arthritis gout atau arthritis pirai menyebabkan inflamasi artikuler akut yang menyebabkan nyeri yang hebat. Arthritis gout menahun dengan kadar asam urat yang tidak terkontrol dapat menyebabkan komplikasi dan risiko cacat sendi seumur hidup. Sendi dapat hancur total akibat pembengkakan yang parah.² Tentunya hal ini dapat menyebabkan penderita gout menderita berkepanjangan dan dapat menyebabkan stres secara psikologis dan menurunkan produktivitas.

Penyakit gout sudah dikenal sejak 2000 tahun lalu, dan menjadi salah satu penyakit tertua yang dikenal manusia. Pada zaman Hippocrates, penyakit ini dikenal sebagai penyakit para raja (*The disease of kings*), karena biasanya penyakit ini terjadi pada kalangan istana, bangsawan, dan keluarga kaya. Penyakit ini disebabkan oleh kebiasaan mengkonsumsi makanan dan minuman

enak, mahal, dan eksklusif. Terutama orang dengan gaya hidup banyak duduk kurang beraktivitas, serta penggemar makanan yang tinggi lemak, protein, dan gula.³ Semakin meningkatnya perekonomian penduduk angka kejadian gout juga mulai meningkat, sehingga bisa mengenai semua kalangan tidak saja hanya masyarakat golongan ekonomi atas.

Di Amerika, insiden gout primer meningkat sangat pesat pada 1977-1978 (20,2/100.000) dan pada 1995-1996 (45,9/100.000). Survei kesehatan nasional melaporkan jumlah penderita gout pada 1992 sebesar 2 juta kasus dan pada 1996 pada pria meningkat lebih dari 4,6% sedangkan pada wanita 2%. Pada suku Maoris, New Zealand, prevalensi gout dilaporkan 5%, tertinggi pada kelompok usia 65 tahun atau lebih. Di Indonesia, arthritis gout terjadi pada usia yang lebih muda, sekitar 32% pada pria berusia kurang dari 34 tahun. Pada wanita, kadar asam urat umumnya rendah dan meningkat setelah usia menopause. Data mengenai prevalensi gout di Indonesia memang belum begitu banyak, namun ada beberapa daerah yang sudah memiliki data mengenai penyakit tersebut.

Prevalensi arthritis gout di Bandung, Jawa Tengah, prevalensi pada kelompok usia 15-45 tahun sebesar 0,8%; meliputi pria 1,7% dan wanita 0,05%. Di Minahasa (2003), proporsi kejadian arthritis gout sebesar 29,2% dan pada etnis tertentu di Ujung Pandang sekitar 50% penderita rata-rata telah menderita gout 6,5 tahun atau lebih setelah keadaan menjadi lebih parah.²

Ada beberapa faktor yang dianggap bertanggung jawab dalam menimbulkan penyakit gout, di antaranya perubahan pola makan, penggunaan obat-obatan, dan konsumsi alkohol. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pengkonsumsian daging, fruktosa (terkandung pada kebanyakan produk-produk makanan dan minuman), dan bir, meningkatkan risiko arthritis gout. Kebalikannya makanan rendah lemak, dan vitamin C terbukti menurunkan risiko. Fenomena yang terjadi di masyarakat saat ini justru menunjukkan kecenderungan untuk meningkatkan risiko gout, seperti kegemaran mengkonsumsi minuman kaleng, jus sari buah kemasan, makanan instan, makanan berminyak dan berlemak, kurangnya mengkonsumsi buah bervitamin C, dan minim sekali pengetahuan mengenai makanan tinggi purin dan rendah purin yang merupakan salah satu penyebab gout.⁴

Di masyarakat kini beredar mitos bahwa ngilu sendi berarti penyakit asam urat. Pengertian ini perlu diluruskan karena tidak semua keluhan dari nyeri sendi disebabkan oleh asam urat. Pengertian yang salah ini diperparah oleh iklan jamu/obat tradisional. Penyakit rematik banyak jenisnya. Tidak semua keluhan nyeri sendi atau sendi yang bengkak itu berarti asam urat. Untuk memastikannya perlu pemeriksaan laboratorium.⁵ Di samping itu, terdapat anggapan dalam masyarakat untuk menghindari sayuran hijau dan kacang-kacangan jika terdapat nyeri sendi, baik oleh karena asam urat maupun bukan, hal ini tidak terbukti secara ilmiah.⁶

Dalam rangka meluruskan pemahaman yang salah mengenai penyakit gout, serta memberikan informasi bagaimana menghindari penyakit tersebut, dirasa perlu untuk melakukan penyuluhan. Selain itu, untuk menghilangkan keraguan masyarakat apakah mereka

menderita gout atau tidak perlu dilakukan pemeriksaan kadar asam urat.

Tempat pengabdian masyarakat direncanakan dilakukan di Desa Kalisari Kecamatan Natar. Daerah yang dipilih sengaja cukup jauh dari kampus dan ibu kota provinsi, karena daerah tersebut akses informasi serta penyuluh kesehatannya masih kurang. Hal tersebut juga didukung fakta bahwa berdasarkan pengamatan di daerah tersebut banyak ditanam sayur-sayuran hijau namun ada sebagian masyarakat yang menghindari makan sayur-sayuran hijau tersebut dikarenakan khawatir akan nyeri sendi yang diduga asam urat/ gout. Padahal nyeri sendi yang dikeluhkan bisa jadi karena terlalu banyak aktifitas fisik atau karena jenis penyakit yang lain. Sedangkan keinginan untuk memeriksakan asam urat ke tempat pelayanan kesehatan masih sangat minim dikarenakan masih kurangnya sarana pelayanan kesehatan yang bisa diakses.

Dari latar belakang di atas diperlukan adanya upaya peningkatan pengetahuan di Desa Kalisari Kecamatan Natar mengenai penyakit gout. Upaya peningkatan pengetahuan ini dapat dilakukan melalui suatu kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan. Selain itu, perlu juga dilakukan pemeriksaan kadar asam urat untuk memastikan apakah mereka menderita gout atau tidak. Melalui kegiatan pengabdian masyarakat diharapkan dapat memberi manfaat bagi masyarakat luas, terutama di daerah pedesaan yang kurang informasi. Oleh karena itu, lokasi penyuluhan dilaksanakan di Desa Kalisari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung selatan. Kegiatan ini bertujuan:

1. Meningkatkan pengetahuan masyarakat di Desa Kalisari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung selatan mengenai Penyakit Gout, sehingga angka kejadian gout menurun.
2. Melakukan pemeriksaan asam urat sehingga dapat mendiagnosa masing-masing warga masyarakat apakah menderita gout atau tidak.

Masyarakat khususnya masyarakat Desa Kalisari Kecamatan Natar memperoleh cukup informasi mengenai asam urat/ gout sehingga dapat menekan angka kejadian gout. Bagi masyarakat yang sudah dilakukan pemeriksaan kadar

asam urat darah dapat didiagnosa apakah menderita gout atau tidak. Dengan demikian bagi yang terdiagnosa dapat mencegah komplikasi maupun memperbaiki kondisi yang ada.

METODE PENGABDIAN

Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada hari Minggu, tanggal 15 November 2015 di rumah Pak Saring (salah satu warga) di Desa Kalisari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan. Khalayak sasaran yang cukup strategis dalam kegiatan ini adalah ibu-ibu rumah tangga di Desa Kalisari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung selatan. Keberadaan ibu-ibu ini cukup strategis dalam menyebarkan pengetahuannya pada anggota keluarga yang lain maupun masyarakat di sekitarnya. Di samping itu, ibu-ibu dianggap memiliki lebih banyak waktu luang sehingga dapat mengikuti kegiatan penyuluhan.

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan yang dilanjutkan dengan diskusi. Materi penyuluhan yang diberikan mencakup:

1. Pengertian dan Penggolongan Arthritis Gout
2. Asam Urat dan Faktor yang Mempengaruhi
3. Predisposisi
4. Gejala dan Perjalanan Penyakit
5. Komplikasi
6. Penatalaksanaan
7. Pencegahan

Evaluasi yang dilakukan untuk menilai keberhasilan kegiatan ini terdiri dari evaluasi awal, evaluasi proses dan evaluasi akhir. Evaluasi awal dilakukan dengan memberikan *pre-test* kepada peserta yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang terkait dengan materi yang akan diberikan. Hasil dari evaluasi ini berupa nilai skor tiap peserta, yang merupakan hasil pembagian dari jawaban benar dengan total jumlah pertanyaan dikalikan 100. Evaluasi proses dilakukan dengan melihat tanggapan masyarakat melalui pertanyaan-pertanyaan yang diajukan ataupun umpan balik yang diberikan dalam diskusi. Evaluasi akhir dilakukan dengan memberikan *post-test* kepada peserta yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang sama yang telah diberikan pada *pre-test*. Skor nilai *post-test* dibandingkan dengan skor nilai *pre-test*. Apabila nilai *post-test* lebih

tinggi dari nilai *pre-test* maka kegiatan penyuluhan yang diberikan berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada hari Minggu, tanggal 15 November 2015 di rumah Pak Saring (salah satu warga) di Desa Kalisari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan. Kegiatan tersebut dilaksanakan selama 2 jam (pukul 15.30 s.d. 17.30 WIB), dan dihadiri oleh 31 orang peserta.

Untuk mengetahui tingkat keberhasilan penyuluhan, sebelum pelaksanaan penyuluhan diberikan *pre-test* terlebih dahulu dengan membagikan lembar soal yang terdiri dari 10 soal tipe benar salah. Peserta lalu diberikan waktu mengerjakan soal, lalu lembar jawaban *pre-test* dikumpulkan. Selanjutnya penyuluh memberikan materi mengenai penyakit gout.



Gambar 1. Penyampaian Materi Penyuluhan

Selain penyuluhan, penyuluh juga mengadakan tanya jawab dan diskusi. Setelah penyuluhan selesai, diberikan *post-test* dengan menggunakan soal yang sama seperti pada *pre-test*. Dalam memberikan penyuluhan, penyuluh menggunakan alat bantu berupa *leaflet* yang penyuluh susun sendiri berdasarkan literatur yang ada dan hasil diskusi anggota pelaksana kegiatan pengabdian ini.

Berdasarkan data hasil pengamatan *pre-test*, diketahui bahwa rata-rata nilai peserta 45,61. Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan, nilai hasil pengamatan meningkat. Sebagian besar peserta menjadi paham mengenai Gout. Setelah dilakukan *post-test*, nilai rata-rata peserta menjadi 65,37. Setelah mendapatkan

penyuluhan mengenai penyakit gout, terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat di Desa Kalisari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan tentang penyakit gout.



Gambar 2. Post-test

Setelah dilakukan penyuluhan, masing-masing peserta diperiksa kadar asam urat dalam darah yang diambil dari darah perifer dan diperiksa menggunakan *stick*. Dari hasil pemeriksaan didapatkan bahwa dari 31 orang peserta dan 10 orang yang memiliki kadar asam urat di atas normal. Itu berarti angka kejadian gout di desa Kalisari cukup tinggi.



Gambar 3. Pemeriksaan Asam Urat

SIMPULAN

Setelah mendapatkan penyuluhan mengenai penyakit gout terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat di Desa Kalisari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan tentang penyakit gout. Angka kejadian penyakit gout di Desa Kalisari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan sendiri cukup tinggi. Diharapkan peserta penyuluhan yang telah mendapatkan materi tentang penyakit gout

dapat meneruskan ke keluarga dan orang-orang di sekitarnya sehingga dapat mencegah terjadinya penyakit gout.

DAFTAR PUSTAKA

1. Misnadiarly. Mengenal penyakit arthritis. Jakarta: Litbangkes; 2008.
2. Kodim N. Faktor Risiko Kejadian Arthritis Gout pada Pasien Rawat Jalan di Rumah Sakit Dr. Wahidin Sudirohusodo Makassar [internet]. Jakarta: Medika; 2010 [disitasi tanggal 15 Oktober 2015]. Tersedia dari: <http://www.jurnalmedika.com/802-edisi-no-07-vol-xxxvi-2010/artikel-penelitian-9353/1597-faktor-risiko-kejadian-arthritis-gout-pada-pasien-rawat-jalan-di-rumah-sakit-dr-wahidin-sudirohusodo-makassar-35763549>
3. Arkhan. Mencegah dan bebas penyakit asam urat (gout) dengan pola makan minum sehat [internet]. Jakarta: Organisasi.org; 2010 [disitasi tanggal 15 Oktober 2015]. Tersedia dari: <http://www.organisasi.org/1970/01/mencegah-bebas-penyakit-asam-urat-gout-dengan-pola-makan-minum-sehat.html>
4. Talik V. Faktor risiko kejadian gout pada pasien rawat jalan di rumah sakit daerah Takalar tahun 2007 [tesis]. Makassar: Universitas Hasanuddin; 2008.
5. Aya M. Penyakit asam urat [internet]. Jakarta: Ilmu Kesehatan; 2013 [disitasi tanggal 20 Oktober 2015]. Tersedia dari: <http://www.ilmukesehatan.com/846/penyakit-asam-urat.html>.
6. Hamijoyo L. 2013. Apakah nyeri sendi saya akibat asam urat? Kenali gout [internet]. Jakarta: Perhimpunan Reumatologi Indonesia; 2013 [disitasi tanggal 15 Oktober 2015]. Tersedia dari: <http://reumatologi.or.id/reuarttail?id=5>