

PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG ASAM URAT DAN PEMERIKSAAN ALAT PENGUKUR ASAM URAT DI JALAN BARU LANUD WIRIADINATA KOTA TASIKMALAYA

Nina Pamela Sari^{1*}, Lilis Lismayanti¹, Sri Mulyanti¹, Tatang Kusmana¹, Miftahul Falah¹, Heri Budiawan¹, Adisti Sa'diyah¹, Alisya Julieta Freestiya Karyana¹, Astrid Putri Maulana¹, Aura Selfastasya Maharani¹, Azril Rizqi Permana¹, Genta Pangripta¹, Imam Abdurrahman¹, Intan Putri Pitriani¹, Isna Pitriani¹, Nita Yulianti¹

¹Departemen Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Informasi Artikel

Submit : 05 Mei 2025

Revisi : 20 Juni 2025

Tersedia online: 31 Juli 2025

Kata Kunci

Asam Urat, Jus Buah Nanas, Edukasi Kesehatan

Korespondensi

Phone: +62 811-2112-784

E-mail: nina.pamelasari@umtas.ac.id

Website :

<https://journal.umtas.ac.id/index.php/balarea>

Doi :

<https://doi.org/10.35568/balarea.v4i2.6991>

Copyright (c) 2025 The Author(s)

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

E-ISSN : 2961-760X

ABSTRAK

Asam urat atau gout merupakan jenis radang sendi yang ditandai dengan penumpukan kristal monosodium urat di persendian, menyebabkan nyeri dan pembengkakan. Prevalensinya cukup tinggi di Indonesia, terutama pada usia lanjut dan wanita. Edukasi dan pemeriksaan dini kadar asam urat sangat penting untuk mencegah komplikasi jangka panjang. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di CFD Jalan Baru Lanud Wiryadinata, Kota Tasikmalaya melalui metode ceramah, diskusi, serta pemeriksaan langsung kadar asam urat menggunakan alat pengukur digital. Kegiatan diawali dengan pemeriksaan tekanan darah, dilanjutkan dengan pemeriksaan asam urat, gula darah, dan golongan darah. Dari pemeriksaan yang dilakukan, ditemukan variasi kadar asam urat, dengan sebagian pengunjung memiliki kadar tinggi dan sebagian lainnya dalam batas normal. Edukasi diberikan kepada seluruh peserta, sementara yang memiliki kadar tinggi diberikan jus nanas sebagai terapi non-farmakologis tambahan karena kandungan vitamin C dan bromelain-nya yang bermanfaat dalam menurunkan kadar asam urat. Penyuluhan dan pemeriksaan kadar asam urat secara langsung kepada masyarakat efektif untuk meningkatkan kesadaran dan pencegahan dini terhadap risiko gout. Intervensi sederhana seperti pemberian jus nanas juga dapat menjadi alternatif terapi non-obat yang bermanfaat bagi masyarakat.

PENDAHULUAN

Sistem muskuloskeletal pada tubuh manusia yang memiliki fungsi penting dalam pergerakan serta mobilitas fisik, dan komponen penunjang yang paling dominan pada sistem ini adalah tulang. Pada sistem kerangka tubuh manusia disatukan dengan yang lainnya oleh persendian. kerangka juga berperan sebagai alat ungkit pada gerakan dan menyediakan permukaan kaitan untuk otot-otot. Salah satu Penyakit yang sering ditemukan pada persendian adalah gout arthritis atau inflamasi pada sendi ditandai dengan adanya penumpukan kristal monosodium urat di dalam ataupun di sekitar persendian sehingga menimbulkan rasa nyeri (Aminah et al., 2022).

Berdasarkan data WHO (World Health Organization), prevalensi asam urat di seluruh dunia adalah 34,2%. Penyakit asam urat sering terjadi di salah satu negara maju seperti Amerika Serikat yang mencapai 26,3% dari total penduduk (Aminah et al., 2022).

Menurut Riskesdas tahun 2020 Prevelensi penyakit asam urat di Indonesia semakin mengalami peningkatan, Prevalensi penyakit asam urat berdasarkan diagnose tenaga kesehatan diindonesia 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala 24,7% jika dilihat dari karakteristik umur, prevalensi tinggi pada umur ≥ 75 tahun (54,8%). Penderita wanita juga lebih banyak (8,46%) dibandingkan dengan pria (6,13%) (Indria Putri Utina et al., 2023).

Provinsi Jawa Barat prevalensi penderita asam urat sekitar 8,86% menempati posisi ke-6 setelah Provinsi Kalimantan Barat dengan prevalensi sebanyak 9,57%, prevalensi tertinggi yaitu di Provinsi Aceh sebanyak 13,26% (Sukmalara & Fachri, 2023). Penyakit asam urat atau dikenal dengan istilah gout merupakan penyakit yang cukup banyak dialami oleh masyarakat. Karena peningkatan kadar jumlah asam urat dalam tubuh, maka hal ini dapat

menyebabkan terjadinya pengkristalan di daerah persendian atau biasa disebut dengan asam urat. Asam urat juga dapat digambarkan sebagai bentuk radang sendi yang sangat menyakitkan yang disebabkan oleh penumpukan kristal di persendian (Nuranti et al., 2020 dalam Afif Amir Amrullah et al., 2023). Asam urat dapat berdampak pada sendi-sendii di beberapa titik tubuh sehingga sendi dapat terjadinya sebuah pembengkakan. Hiperurisemia, yang didefinisikan sebagai peningkatan kadar asam urat lebih dari 7,0 ml/dl (untuk laki-laki) dan 6,0 mg/dl (untuk perempuan), adalah kondisi gangguan metabolisme pada akar permasalahan penyakit asam urat (gout) (Widiyanto et al., 2020 dalam Afif Amir Amrullah et al., 2023).

Beberapa faktor penyebab penyakit asam urat dapat dibagi menjadi tiga faktor, yaitu faktor primer, faktor sekunder, dan faktor predisposisi. Pada faktor primer dipengaruhi oleh faktor genetik, ketidakseimbangan hormon, dan proses pengeluaran asam urat terganggu di ginjal. Faktor sekunder dapat disebabkan oleh empat hal yaitu produksi asam urat yang berlebihan, penurunan ekskresi asam urat, mengkonsumsi makanan tinggi purin, alkohol dan obat-obatan kimia. Sedangkan pada faktor predisposisi dipengaruhi oleh Pengetahuan yang rendah, usia, jenis kelamin, dan iklim (Herman Sandjaya, 2014 dalam Astuti et al., 2022).

Tanda dan gejala pada nyeri akut adalah mengeluh nyeri, tampak meringis, bersifat protektif, gelisah, frekuensi nadi meningkat, sulit tidur, tekanan darah meningkat, pola napas berubah, nafsu makan berubah, proses berpikir terganggu, menarik diri, berfokus pada diri sendiri, dan diafioresis (Alfian Indriyanto & Prasanti Adriani, 2023).

Peningkatan kadar asam urat akibat konsumsi purin disebabkan oleh kekurangan enzim Hypoxanthine

Phosphoribosy Transferase Guanine (HPRT) sehingga terjadinya gangguan metabolisme purin bawaan (inborn error of purin metabolism) dan aktivitas enzim fosforibosi pirofosfat sintetase (PRPP-sintetasi) yang berlebih (Putri, 2018 dalam (Yansyah & Marita, 2024). Faktor risiko yang mempengaruhi kadar asam urat digolongkan menjadi 2 faktor, yaitu faktor risiko yang tidak bisa di kontrol dan faktor risiko yang bisa di kontrol. Faktor yang tidak bisa dikontrol adalah umur, jenis kelamin dan genetik. Faktor yang bisa dikontrol adalah konsumsi alkohol berlebih, IMT, asupan purin berlebih dan obat-obatan (Yansyah & Marita, 2024).

Penurunan kadar asam urat salah satunya dapat menggunakan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi non farmakologi dengan mencegah makanan yang tinggi purin, memperbanyak minum air selain itu bisa mengkonsumsi buah nanas yang memiliki kandungan vitamin C dan bromelain. Vitamin C dapat membantu meningkatkan ekskresi (pembuangan) asam urat melalui urin, sedangkan bromelain dapat membantu mempercepat penyembuhan luka operasi serta pembengkakan dan nyeri sendi, kandungan bromelain pun dapat menghambat protein penyebab bertambahnya kadar asam urat di dalam tubuh. Kasus asam urat yang ada menjadi perhatian tersendiri agar bisa segera dicegah baik dengan terapi farmakologi maupun terapi non farmakologi. Sehingga demonstrasi pembuatan jus nanas ini bisa jadi salah satu pencegahan penyakit asam urat (Ode Erti Hikma et al., 2025).

Berdasarkan latar belakang permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui gambaran penyuluhan kesehatan tentang asam urat dan pemeriksaan menggunakan alat pengukur asam urat di Jalan Baru Lanud Wiradinata, Kota Tasikmalaya. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai asam

urat serta mendekripsi dini kadar asam urat secara praktis guna mencegah komplikasi dan meningkatkan kesehatan masyarakat setempat.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dengan ceramah, diskusi dan pemeriksaan asam urat pada masyarakat di sekitar area Jalan Baru Lanud Wiradinata Kota Tasikmalaya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa pemeriksaan Asam Urat kepada pengunjung yang datang ke stand pemeriksaan kesehatan gratis di CFD Jalan Baru Lanud wiradinata Kota Tasikmalaya. Kegiatan tersebut diawali dengan pengecekan tekanan darah kemudian dilanjutkan dengan pemeriksaan asam urat, pemeriksaan gula darah dan pengecekan golongan darah.

Pemeriksaan asam urat dimulai dengan swab alkohol pada jari, kemudian ditusuk dengan blood lancet. Darah diteteskan pada chips asam urat. Setelah itu tunggu beberapa detik untuk menunggu hasil kadar asam urat. Setelah dilaksanakan pemeriksaan asam urat pada masyarakat secara menyeluruh, maka didapatkan hasil pemeriksaan yang bervariasi. Proses pemeriksaan asam urat disajikan pada gambar 1.



Gambar 1.

Berdasarkan hasil pemeriksaan kadar asam urat pada pengunjung CFD di Jalan Baru Lanud Wiradinata, Kota Tasikmalaya, ditemukan bahwa terdapat pengunjung

dengan kadar asam urat normal maupun tinggi. Bagi pengunjung yang memiliki kadar asam urat tinggi diberikan jus nanas. Sementara itu, untuk hasil pemeriksaan asam urat normal hanya diberikan edukasi agar tetap menjaga kesehatan dan mempertahankan kadar asam urat yang normal.



Gambar 2.

Berdasarkan hasil pemeriksaan asam urat yang dilakukan di CFD Jalan Baru Lanud Wiradinata Kota Tasikmalaya didapatkan data sebagai berikut :

Tabel 1
Distribusi Responden Cek Asam Urat
Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	persentase
Laki-laki	5	20%
Perempuan	20	80%
Total	25	100%

Sumber : Data Primer, 2025

Distribusi responden pada Tabel 1 menunjukkan karakteristik jenis kelamin, di mana terdapat 7 orang laki-laki (20%) dan 20 orang perempuan (80%). Pada pemeriksaan asam urat yang dilakukan kepada pengunjung CFD, responden perempuan memiliki persentase terbesar, yaitu 80% dari total keseluruhan. Hal ini disebabkan oleh waktu pelaksanaan kegiatan pemeriksaan asam urat yang dilakukan pada pagi hari, sementara responden laki-laki memiliki hanya ada (20%) dikarenakan pengunjung utama CFD kebanyakan perempuan dan untuk laki-laki menpunyai aktivitas utama, yaitu bekerja pada pagi hari. Akibatnya, jumlah responden laki-laki yang hadir saat

kegiatan pemeriksaan asam urat berlangsung menjadi lebih sedikit

Tabel 2
Distribusi Hasil Pemeriksaan Berdasarkan Tinggi dan Normalnya Kadar Asam Urat

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	7	28%
Normal	18	72%
Total	25	100%

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan Tabel 2, hasil pemeriksaan asam urat yang dilaksanakan di Jalan Baru Lanud Wiradinata Kota Tasikmalaya menunjukkan bahwa beberapa responden di dapatkan hasil pemeriksaan kadar asam urat yang tinggi yaitu 7 orang responden (28%), sedangkan untuk hasil kadar asam urat yang normal yaitu dengan jumlah responden 18 orang(72%). Untuk hasil kadar asam urat yang normal itu berbeda-beda antara laki-laki dan perempuan, untuk laki-laki batas normalnya yaitu 3,5 – 7 mg/dl, sedangkan untuk perempuan yaitu 2,6 – 6 mg/dl. Tetapi setelah diketahui hasil kadar asam uratnya, untuk responden yang hasilnya tinggi kami memberikan jus buah nanas yang manfaatnya bisa membantu mengurangi kadar asam urat, tidak lupa juga memberikan edukasi kepada semua responden.

Kemudian setelah dilaksanakannya pemeriksaan asam urat para pengunjung stand di CFD, lalu dilanjutkan dengan sesi dokumentasi bersama dengan para pengunjung yang mengikuti pemeriksaan asam urat tersebut, setelah itu dilanjutkan sesi dokumentasi para anggota yang mengikuti pengabdian masyarakat.



Gambar 3



Gambar 4

SIMPULAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan dan pemeriksaan kadar asam urat yang dilaksanakan di Jalan Baru Lanud Wiradinata, Kota Tasikmalaya, memberikan manfaat positif bagi masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan tentang penyakit asam urat serta pentingnya deteksi dini. Hasil pemeriksaan menunjukkan adanya variasi kadar asam urat di antara peserta, yang menjadi dasar untuk pemberian edukasi lanjutan dan intervensi non-farmakologis berupa konsumsi jus nanas. Kegiatan ini membuktikan bahwa pendekatan edukatif dan pemeriksaan langsung di lapangan merupakan langkah efektif dalam upaya promotif dan preventif terhadap penyakit asam urat.

REFERENSI

- Afif Amir Amrullah, Kareena Sari Fatimah, Nikita Puteri Nandy, Wulan Septiana, Siti Nurul Azizah, Nursalsabila Nursalsabila, Adzka Hayyan Alya, Dayini Batrisyia, & Nabiilah Salsa Zain. (2023). Gambaran Asam Urat pada Lansia di Posyandu Melati Kecamatan Cipayung Jakarta Timur. *Jurnal Ventilator*, 1(2), 162–175. <https://doi.org/10.59680/ventilator.v1i2.317>
- Alfian Indriyanto, & Prasanti Adriani. (2023). Asuhan Keperawatan Gerontik pada Lansia Dengan Pemberian Air Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat dan Intensitas Nyeri Arthritis Gout pada Lansia di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Dewanata Cilacap. *Jurnal Ventilator*, 1(4), 177–184. <https://doi.org/10.59680/ventilator.v1i4.701>
- Aminah, E., Saputri, M. E., & Wowor, T. J. F. (2022). Efektivitas Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita Aminah, E., Saputri, M. E., & Wowor, T. J. F. (2022). Efektivitas Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Pulosari Kabupaten Pandegkl. *Jurnal Keperawatan*, 10(1), 1.
- Astuti, E., Widari, N. P., & Dewi, E. U. (2022). Peningkatan Pengetahuan Lansia Tentang Asam Urat Di Posyandu Lansia Rt 17 Rw 06 Tambak Asri Surabaya. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 19–24. <https://doi.org/10.47560/pengabmas.v3i1.345>
- Indria Putri Utina, Agust A. Laya, & Nurlela Hi. Baco. (2023). Pengaruh Pemberian Buah Nanas Terhadap Kadar Asam Urat di Kelurahan Batulubang Lembeh Selatan. *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan Dan Kebidanan*, 1(4), 124–132. <https://doi.org/10.61132/corona.v1i4.91>
- Ode Erti Hikma, W., Mustikawati, M., Maharani, M., & Rahmawati, H. (2025). Demontrasi Pembuatan Jus Nanas Dalam Mengurangi Demonstration of Making Pineapple Juice in Reducing Pain for Gout Sufferers At Posbindu Rw 04 Lebak Bulus District , Jakarta. *Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, 65–75.
- Sukmalara, D., & Fachri, A. (2023). Efektifitas Terapi Cupping (Bekam) Terhadap Penurunan Asam Urat Pada Pra Lansia Di Rumah Sehat Bimtama Kota Bekasi. *Afiat*, 9(2), 1–9. <https://doi.org/10.34005/afiat.v9i2.3459>
- Yansyah, E. J., & Marita, Y. (2024). Faktor Risiko Kejadian Asam Urat Pada Lansia. *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 16(2). <https://doi.org/10.36729/bi.v16i1.1214>