

Penyuluhan Rebusan Daun Untuk Menurunkan Kadar Asam Urat Pada Lansia di Puskesmas Binjai Estate

Author:

Ade Ira Zahriany¹

Afiliation:

Akademi Kebidanan
Kharisma Husada
Binjai¹

Corresponding email

azahriany@gmail.com



*This is an Creative Commons
License This work is licensed
under a Creative Commons
Attribution-NonCommercial 4.0
International License*

Abstrak:

Latar belakang: Penyakit asam urat adalah penyakit yang disebabkan oleh asam atau tumpukan kristal di dalam jaringan, terutama jaringan sendi. 5-10% menyerang usia 5-20 tahun dan 20% pada usia 50 tahun ke atas, penyakit ini sering terjadi pada pria. Peningkatan urat dapat diatasi dengan terapi komplementer salah satunya dengan pemberian rebusan daun salam (syzygium polyanthum).

Metode pengabdian: Metode yang digunakan dalam kegiatan adalah dengan memberikan penyuluhan rebusan daun salam untuk menurunkan kadar asam urat pada lansia

Hasil pengabdian: Setelah dilakukan penyuluhan rebusan daun salam untuk menurunkan kadar asam urat pada lansia di Puskesmas Binjai Estate terdapat 50 orang lansia yang mengeluh menderita kadar asam urat yang tinggi.

Kesimpulan: Penyuluhan yang telah diberikan dapat memberikan tambahan pengetahuan dan wawasan bagi masyarakat khususnya para lansia agar dapat lebih sehat dimasa tuanya

Kata kunci: Terapi komplementer, daun salam, Lansia

Pendahuluan

Penyakit asam urat atau biasa dikenal sebagai gout arthritis merupakan kondisi yang bisa menyebabkan gejala nyeri yang tak tertahankan, pembengkakan serta adanya rasa panas di area persendian. Penanganan yang kurang tepat dapat menyebabkan bahaya yang lebih besar, sehingga dibutuhkan penatalaksanaan farmakologi maupun non farmakologi. Obat tradisional seperti rebusan daun salam merupakan alternative pilihan yang dinilai lebih aman dibandingkan obat modern terutama dikonsumsi oleh lansia.

Penyakit asam urat adalah penyakit yang disebabkan oleh asam atau tumpukan kristal di dalam jaringan, terutama jaringan sendi. 5-10% menyerang usia 5-20 tahun dan 20% pada usia 50 tahun ke atas, penyakit ini sering terjadi pada pria. Peningkatan urat dapat diatasi dengan terapi komplementer salah satunya dengan pemberian rebusan daun salam (syzygium polyanthum).

Dengan dilakukan nya penyuluhan ini dapat menambah wawasan, pengetahuan, dan pengalaman penulis dalam penerapan ilmu yang didapatkan selama masa perkuliahan, khususnya mengetahui Hubungan Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Puskesmas serta dapat memberikan informasi dan motivasi kepada para lansia akan pentingnya Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia.

Studi Literatur

Asam urat merupakan hasil akhir dari katabolisme (pemecahan) suatu zat yang bernama purin. Zat purin adalah zat alami yang merupakan salah satu kelompok struktur kimia pembentuk DNA dan RNA. Ada dua sumber utama purin yaitu purin yang diproduksi sendiri oleh tubuh dan purin yang didapatkan dari asupan makanan seperti tanaman atau hewan. Asam urat sebenarnya memiliki fungsi dalam tubuh yaitu sebagai antioksidan dan bermanfaat dalam regenerasi sel. Metabolisme tubuh secara alami menghasilkan asam urat. Asam urat menjadi masalah ketika kadar didalam tubuh melewati batas normal. (Noviyanti, 2015) Arthritis gout atau arthritis pirai merupakan suatu peradangan sendi sebagai manifestasi dari akumulasi endapan kristal monosodium urat, yang terkumpul di dalam sendi sebagai akibat dari tingginya kadar asam urat di dalam darah (hiperurisemia). Tidak semua orang dengan hiperurisemia adalah penderita arthritis pirai atau sedang menderita arthritis pirai. Akan tetapi, risiko terjadi arthritis pirai lebih besar dengan meningkatnya konsentrasi asam urat darah. (Halim, 2013). Arthritis gout merupakan sekelompok kondisi inflamasi kronis yang berhubungan dengan defek metabolisme purin secara genetik dan menyebabkan hiperurisemia. (Suddarth & Bruner, 2013).

Daun salam adalah nama tumbuhan yang merupakan penghasil rempah dan merupakan salah satu tanaman obat di Indonesia (Joshi dkk, 2012). Tumbuhan salam merupakan tumbuhan yang banyak ditanam untuk menghasilkan daunnya. (Versteegh, 2006) *Syzygium polyanthum* (Wight) Walp. atau yang dikenal dengan sebutan daun salam atau manting dalam bahasa Jawa merupakan pohon yang berperawakan kecil hingga besar yang pada umumnya ditanam di pekarangan atau halaman rumah. (Wulan, 2010) Daun salam adalah tanaman yang mempunyai banyaknya manfaat sebagai obat alami atau herbal. Daun salam bisa digunakan sebagai obat diabetes melitus, obat maag, asam urat, hipertensi dan lain sebagainya.

Daun salam memiliki banyak kandungan bahan aktif, antara lain flavonoid, tanin, dan minyak atsiri 0,05% yang terdiri dari eugenol dan sitrat (Winarto, 2004). Fungsi flavonoid sendiri yaitu sebagai antioksidan yang dapat menghambat kerja enzim xantin oksidase, sehingga produksi asam urat berkurang (Elsya, 2004). Kandungan minyak atsiri 0,05% pada daun salam berfungsi sebagai anti inflamasi dan meningkatkan sirkulasi darah. Selain itu, daun salam juga mempunyai efek farmakologis yang memiliki khasiat sebagai peluruh kencing (diuretik) dan sebagai penghilang nyeri (analgetik). Sebagai diuretik, daun salam mampu memperbanyak produksi urin, sehingga dapat menurunkan kadar asam urat dalam darah, sedangkan sebagai analgetik, daun salam mampu menghilangkan rasa nyeri ketika berjalan. Rasa nyeri pada penderita asam urat, disebabkan oleh tingginya kadar asam urat dalam darah yang akan menyebabkan pengkristalan pada persendian dan pembuluh darah, terutama yang dekat dengan persendian.

Standar Prosedur Pelaksanaan

a. Tahap pra interaksi

- Memberikan salam dan memperkenalkan diri kepada klien.
- Menjelaskan tujuan dan prosedur pelaksanaan terapi yang akan dilakukan.

b. Tahap orientasi

- Menanyakan persetujuan dan kesiapan klien untuk menjadi responden dengan menandatangani lembar persetujuan responden yang telah disiapkan oleh peneliti.
- Menjaga privasi/kerahasiaan data klien.

c. Tahap kerja

1. Menyiapkan peralatan
 - Alat tulis dan lembar observasi.
 - Alat Kadar Asam Urat (Nesco Multi Check + Unit Acid Strip)
 2. Mencuci tangan
 3. Meminta klien (penderita asam urat) untuk duduk dikursi
 4. Meminta klien melakukan pengukuran kadar asam urat (pre test) sebelum intervensi
 5. Catat hasil pengukuran asam urat (pre test) pada lembaran observasi
 6. Pemberian rebusan daun salam sebanyak 100 cc dengan cara pembuatan sebagai berikut :
 - Siapkan 10 lembar daun salam (dipetik langsung dari pohonnya).
 - Cuci hingga bersih.
 - Siapkan air sebanyak ± 1500 cc dimasukkan kedalam panci dan dipanaskan.
 - Setelah air dalam panci mendidih, masukkan daun salam yang sudah ditimbang ke dalam panci.
 - direbus selama ± 15 menit dengan titik didih 100°C
 - air rebusan daun salam didinginkan dan diukur dengan gelas ukur sebanyak 100 cc diberikan setiap pagi dan sore hari selama 7 hari.
 1. Anjurkan klien (penderita asam urat) menghabiskan rebusan daun salam tersebut setiap pagi dan sore hari selama 7 hari. Melakukan pengukuran kadar asam urat kembali (post test) setelah diberikan intervensi pada hari ke 7, untuk melihat apakah ada penurunan dari sebelumnya
 2. Catat kembali hasil pengukuran (post-test) pada lembaran observasi
 3. Rapikan alat-alat yang sudah digunakan dan beritahukan hasil pada klien
 4. Cuci tangan
 - 5.
- d. Tahap terminasi**
- Mengevaluasi kondisi dan respon klien setelah menjalankan terapi daun salam

Metode Pengabdian

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat terdiri dari tiga tahap yaitu: Tahap pertama berupa tahap persiapan, dimana tahap persiapan ini terdiri dari dimulai dengan kegiatan mengurus proses perijinan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, melakukan survey awal, menyusun media penyuluhan, menentukan jumlah sasaran. Tahap kedua adalah pelaksanaan kegiatan yang dilaksanakan di Puskesmas Binjai Estate dengan memberikan penyuluhan berupa materi dalam bentuk PPT, leaflet dan poster tentang penyuluhan rebusan daun salam untuk menurunkan kadar asam urat pada lansia dan tahap yang terakhir adalah tahap evaluasi.

Hasil

Setelah dilakukan penyuluhan rebusan daun salam untuk menurunkan kadar asam urat pada lansia di Puskesmas Binjai Estate dengan jumlah 50 orang responden

Rebusan daun salam Untuk Menurunkan kadar asam urat pada lansia di puskesmas binjai estate (n=50)

No	Rebusan Daun Salam	Penurunan kadar asam urat				Jumlah		df	Sig (2-taited)
		Meningkat		Menurun					
		f	%	f	%	f	%		
1	Massage	27	23,8	7	10,2	34	34,0	1	0,034
2	Tidak Massage	8	11,2	8	4,8	16	16,0		

Lansia Di puskesmas binjai estate yang mengalami penurunan kadar asam urat dengan mengkonsumsi air rebusan daun salam sebanyak 27 Lansia (23,8%). Lansia yang tidak mengalami penurunan kadar asam urat dengan mengkonsumsi air rebusan daun salam berjumlah 7 lansia (10,2%).

Lansia yang mengalami penurunan kadar asam urat sebanyak 8 lansia (11,2%) dan lansia yang tidak mengalami penurunan kadar asam urat dengan buruk sebanyak 8 lansia (4,8%).

Berdasarkan hasil uji *chi-square* Pengaruh rebusan daun salam terhadap kadar asam urat pada lansia dengan derajat kemaknaan (α) = 0,05 dan df = 1 diperoleh hasil perhitungan yaitu sig (2-tailed) 0,034 < (α) = 0,05, kesimpulan adanya Pengaruh air rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia di puskesmas binjai estate.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penyuluhan yang telah dilakukan, didapati dari 50 orang lansia, rebusan daun salam untuk menurunkan kadar asam urat pada lansia di puskesmas binjai estate dengan derajat kemaknaan (α) = 0,05 dan df = 1 diperoleh hasil perhitungan yaitu sig (2-tailed) 0,034 < (α) = 0,05, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, kesimpulan pada Pengaruh rebusan daun salam Terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia di puskesmas binjai estate.

Rebusan daun salam merupakan Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan kadar asam urat pada lansia dianggap sebagai komponen berharga dari perawatan antenatal, yang berkontribusi pada Kesehatan lansia secara keseluruhan dan pemulihan Kesehatan

Kesimpulan

Penyuluhan yang telah diberikan dapat memberikan tambahan pengetahuan dan wawasan bagi masyarakat khususnya untuk para lansia di Puskesmas Binjai Estate terkait manfaat rebusan daun salam untuk menurunkan kadar asam urat pada lansia.

Referensi

- Asriati, C. R., Wijaya, M., Nirmala, S. A., Kebidanan, P. S. D., Kedokteran, F., & Padjadjaran, U. (2019). *Gambaran Pengetahuan Ibu tentang Persiapan Fisik dan Psikis Memasuki Masa Menopause*. 4(2), 99–104.
- Aqila smart (2010). *Bahagia diusia menopause*. Yogyakarta : Aplus Books
- Burns,2009,http://mdopost.com/news/index.php?option=com_content&task=view&i

d=10043&Itemid=9, diakses tanggal 4 februari 2010

- Chaturvedi, A., Nayak G dan Rao A. 2016. Comparative Assessment of The Effects of Hatha Yoga and Physical Exercise on Biochemical Fuctions in Perimenopause Women. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 8.
- Dewi, Adhanty Aprelia. 2017. Gambaran Kadar Albumin pada Wanita Usia Subur dan Wanita Menopause. Karya Tulis Ilmiah. Jurusan Analis Kesehatan. Jombang : Sekolah Tinggi Kesehatan Insan Cendekia Medika.
- Diasys. 2014. Albumin. *Diagnostic Systems*
- Evans, T.W. 2002. Albumin as a Drug-Biological Effects of Albumin Unrelated to Oncotic Pressure. *Aliment Pharmacol Therapy*, 6-11.
- Gandy, J.W. 2014. Gizi dan Dietetika. Jakarta : Kedokteran EGC.
- Greenblum, C. A., Rowe, M. A., Neff, D. F., & Greenblum, J. S. (2013). Midlife women. *The Journal of The North American Menopause Society*, 20(1), 22–27. <https://doi.org/10.1097/gme.0b013e31825a2a91>
- Hasan, Irsan dan Anggraini T. 2008. Peran Albumin dalam Penatalaksanaan Sirosis Hati. Jakarta : Divisi Hepatologi Departemen Ilmu Penyakit Dalam FKUI/RSCM..