

Edukasi Penggunaan Habbatussauda Sebagai Penurun Kadar Asam Urat di Kelurahan Joyotakan, Surakarta

Meliana Novitasari^{1)*}, Mutiara Yunita Sari²⁾

^{1), 2)}Program Studi S1 Farmasi/STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta

Jl. Ring Road Utara Km 03, Tawang Sari, Mojosongo, Jebres, Surakarta, Jawa Tengah/57127

*Email Penulis Koresponden: meliananovitasari26@gmail.com

Received: 29/06/25; Revised: 11/08/25; Accepted: 18/08/25

Abstrak

Kelurahan Joyotakan merupakan salah satu Kelurahan yang berada di wilayah Kota Surakarta. Di Kelurahan Joyotakan banyak terdapat warga yang memiliki usia lanjut. Orang dengan usia lanjut seringkali mengalami gangguan kesehatan karena mengalami penurunan fungsi organ dalam tubuh. Salah satunya adalah asam urat atau gout. Gout merupakan kondisi yang memengaruhi bagian sendi akibat tingginya kadar asam urat dalam darah. Pengobatan asam urat sejauh ini masih banyak menggunakan obat sintetik yang memiliki efek samping cukup tinggi. Meskipun memang dianggap lebih efektif dan lebih cepat memberikan efek. Salah satu tanaman herbal yang memiliki kemampuan menurunkan kadar asam urat adalah Habbatussauda atau jinten hitam. Penyuluhan dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan warga tentang asam urat dan pemanfaatan jinten hitam. Peserta dalam kegiatan ini adalah warga Kelurahan Joyotakan yang berusia diatas 30 tahun dan memiliki keluhan pada persendian mereka. Metode penyuluhan dilakukan dengan 3 (tiga) tahap yaitu persiapan dan perencanaan, pelaksanaan kegiatan dan evaluasi. Berdasarkan analisa hasil, bahwa terdapat kenaikan jumlah persentase pada kategori baik dan sedang, serta penurunan persentase pada kategori kurang. Dimana kategori baik yang awalnya 5 orang menjadi 13 orang artinya meningkat sebesar 28,57%, kategori sedang yang awalnya 7 orang meningkat menjadi 8 orang, artinya mengalami peningkatan sebesar 3,57%, sedangkan kategori kurang yang awalnya 16 orang turun menjadi 7 orang, artinya mengalami penurunan sebanyak 32,14%. Hal ini menandakan bahwa penyuluhan yang dilakukan dapat meningkatkan pengetahuan peserta yang hadir.

Kata kunci: Asam Urat, Habbatussauda, Jinten Hitam, Penyuluhan

Abstract

Joyotakan Village is one of the villages in Surakarta City. Many elderly residents live in Joyotakan Village. Elderly people often experience health problems due to decreased organ function. One of these is gout. Gout is a condition that affects the joints due to high levels of uric acid in the blood. Treatment for gout currently relies heavily on synthetic drugs, which have significant side effects. Although they are considered more effective and provide faster results, one herbal plant that has the ability to lower uric acid levels is Habbatussauda, or black cumin. The outreach program was conducted to increase community knowledge about gout and the benefits of black cumin. Participants in this activity were Joyotakan Village residents aged 30 and over who had joint complaints. The outreach program was conducted in three stages: preparation and planning, implementation, and evaluation. Based on the analysis of the results, there was an increase in the percentage of patients in the good and moderate categories and a decrease in the percentage of those in the poor category. The good category, which initially had 5 people, increased to 13 people, representing a 28.57% increase. The moderate category, which initially had 7 people, increased to 8 people, representing a 3.57% increase. The poor category, which initially had 16 people, decreased

to 7 people, representing a 32.14% decrease. This indicates that the outreach program was able to increase the knowledge of the participants.

Keywords : *Black Cumin, Habbatussauda, Gout, Counselling*

1. PENDAHULUAN

Kadar asam urat yang tinggi dalam darah menyebabkan asam urat, juga dikenal sebagai urat, penyakit yang menyerang persendian (Amrullah et al., 2023). Gout umumnya dialami oleh individu yang berusia lebih tua dan termasuk dalam kategori penyakit degeneratif yang menyerang area sendi (Astrilian & Yuniartika, 2024). Beberapa faktor yang dapat memicu gout antara lain: konsumsi makanan kaya purin, zat yang ada dalam tubuh manusia dan organisme lainnya, yang didapat dari sayuran serta buah-buahan (Dungga, 2022). Makan berlebihan yang tinggi purin dapat menyebabkan peningkatan kadar asam urat (Dungga, 2022). Selain nutrisi, jenis kelamin seseorang memengaruhi kadar asam urat dalam tubuhnya. Kisaran kadar asam urat pada pria dan wanita umumnya adalah 3,4–7,0 mg/dL dan 2,4–6,0 mg/dL (Saleh et al., 2024). Selain jenis kelamin, usia juga memengaruhi kadar asam urat dalam darah. Kadar asam urat yang tinggi lebih umum terjadi pada lansia. Hal ini disebabkan oleh penuaan dan kerusakan sel yang mengganggu fungsi organ, sehingga mempersulit produksi hormon dan nutrisi lainnya (Karuniawati, 2018). Nyeri, rasa tidak nyaman, peradangan, dan edema dapat terjadi akibat persendian yang menahan kadar asam urat tinggi dalam darah (Purukan et al., 2024).

Prevalensi asam urat telah meningkat menjadi 34,2% secara global. Kasus asam urat tidak hanya meningkat di negara-negara kaya, tetapi juga di negara-negara berkembang seperti Indonesia (Galassi & Borghi, 2015). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menemukan bahwa dokter mengidentifikasi 11,9% kasus asam urat, mendiagnosis gejala 24,7%, dan menentukan usia 54,8%. Hasil ini juga menunjukkan bahwa perempuan lebih mungkin menderita asam urat dibandingkan laki-laki (8,46%) (Febriyanti, 2020). Menurut statistik Menteri Kesehatan Republik Indonesia tahun 2019, persentase terbesar penderita asam urat yang teridentifikasi oleh tenaga medis terdapat di Jawa Barat (27,1%), DKI Jakarta (18,6%), Jawa Timur (29,7%), Gorontalo (9,2%), dan Sulawesi Tengah (6,5%) (Lasmawanti et al., 2022).

Menurut data Jawa Tengah, 6,78% masyarakatnya menderita penyakit sendi (Riskesdas, 2018). Penyakit sendi memengaruhi 4,96 persen penduduk Kota Surakarta. Di Jawa Tengah, Surakarta memiliki tingkat asam urat tertinggi ke-22. Sekitar 1.069 orang (4,96%) di Kota Surakarta menderita asam urat, menurut data dari 17 puskesmas di kota tersebut (Parashita & Padma, 2020). Meskipun Jawa Tengah, khususnya Kota Surakarta tidak termasuk ke dalam golongan dengan kasus asam urat yang tinggi, akan tetapi masyarakat tetap perlu diberikan edukasi tentang asam urat sebagai bentuk upaya peningkatan kualitas kesehatan.

Kecamatan Joyotakan yang padat penduduk merupakan salah satu kecamatan di Kota Surakarta. Kecamatan Joyotakan memiliki 8.130 penduduk pada tahun 2023, menurut statistik dari Badan Pusat Statistik (BPS) Kota Surakarta (Badan Pusat Statistik Surakarta, 2023). Di Kelurahan Joyotakan banyak terdapat warga yang memiliki usia lanjut. Orang dengan usia lanjut seringkali mengalami gangguan kesehatan karena mengalami penurunan fungsi organ dalam tubuh. Salah satunya adalah asam urat. Pengobatan asam urat sejauh ini masih banyak menggunakan obat sintetik yang memiliki efek samping cukup tinggi. Meskipun memang dianggap lebih efektif dan lebih cepat memberikan efek (Mildawati et al., 2024).

Pengobatan herbal mulai dianggap lebih aman di masa sekarang ini. Sehingga banyak orang yang pada akhirnya beralih kepada pengobatan herbal. Habbatussauda atau jinten hitam memiliki kandungan senyawa timokuinon, *fixed oil* dan turunannya yang berkhasiat luas dalam farmakologi antara lain antihistamin, anti hipertensi, antidiabetes, antimikroba, antiinflamasi serta menurunkan kadar asam urat (Sulvita, 2019). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Sugiyanto et al. (2019), didapatkan bahwa kadar asam urat mengalami penurunan setelah mengkonsumsi 600 mg jinten hitam murni atau Habbatussauda selama dua minggu atau setara

dengan mengkonsumsi 120 kapsul jinten hitam. Setelah mengonsumsi jinten hitam, kadar asam urat meningkat menjadi 4.555 mg/dL dari sebelumnya 5.065 mg/dL, menurut data. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi jinten hitam secara rutin dan berkelanjutan dapat menurunkan kadar asam urat dalam darah secara signifikan.

Berdasarkan uraian di atas, maka tim pengabdian masyarakat memberikan penyuluhan tentang manfaat Habbatussauda atau jinten hitam kepada warga Kelurahan Joyotakan, Kota Surakarta, agar masyarakat terutama yang berusia lanjut dapat lebih paham tentang asam urat, cara mencegah dan mengobatinya.

2. METODE PELAKSANAAN PENGABDIAN

Metode pelaksanaan PkM ini dirancang agar kegiatan dapat berlangsung dengan efektif serta sistematis sehingga dapat memberikan dampak yang nyata bagi warga Kelurahan Joyotakan, Surakarta. Pada hari Selasa, 27 Mei 2025, Kantor Desa Joyotakan di Surakarta menyelenggarakan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Empat prosedur yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah: (Asriati et al., 2025) :

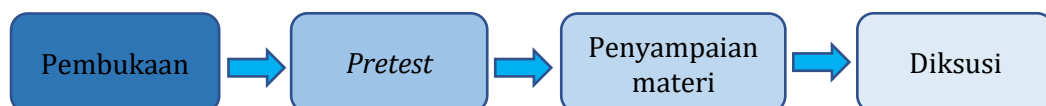
1. Persiapan dan Perencanaan



Gambar 1. Alur Tahapan dalam Persiapan dan Perencanaan

Gambar 1 menunjukkan tahapan pada persiapan dan perencanaan dalam kegiatan ini. Dapat dilihat bahwa pada persiapan dan perencanaan terdapat tahap survei awal, koordinasi, dan penyusunan program. Tahap survei awal yaitu dengan dilakukan survei ke Kelurahan Joyotakan untuk melihat dan memahami tingkat kesehatan warga, termasuk identifikasi masalah kesehatan, seperti asam urat, diabetes, hipertensi, dan lainnya. Kemudian, untuk menyusun rencana implementasi yang sesuai dengan kebutuhan masyarakat setempat, diskusi dan konsultasi dengan pemerintah desa dan kader kesehatan di Desa Joyotakan dilakukan pada tahap koordinasi. Tim Pengabdian Masyarakat kemudian menyusun materi ajar yang mencakup konsep asam urat, risikonya, penyebabnya, manfaat jinten hitam untuk menurunkan kadar asam urat, dan cara memanfaatkan jinten hitam untuk menurunkan kadar asam urat selama tahap pengembangan program.

2. Pelaksanaan Kegiatan

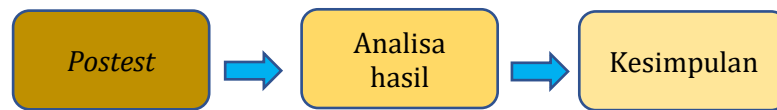


Gambar 2. Alur Tahapan dalam Pelaksanaan Kegiatan

Gambar 2 menunjukkan bahwa pada pelaksanaan kegiatan terdapat beberapa tahapan yaitu, pembukaan, *pretest*, Penyampaian materi dan percakapan. Untuk memberikan arahan dan inspirasi kepada peserta, panitia memulai acara dengan pernyataan dari kepala desa atau perwakilannya. Peserta diberikan pertanyaan pada tahap *pretest*. Hal ini dilakukan untuk menilai pemahaman awal peserta terhadap materi yang akan dibahas. Selanjutnya, tahap penyampaian materi, di mana tim PkM memberikan instruksi berbasis teori. Materi disampaikan secara bertahap oleh pemateri, yaitu Meliana Novitasari, S.Farm., M.Farm. Selanjutnya tahap diskusi,

yaitu pembahasan materi berupa diskusi interaktif dilakukan untuk menjawab berbagai pertanyaan peserta dan memberikan pemahaman lebih lanjut kepada peserta.

3. Evaluasi



Gambar 3. Alur tahapan dalam Evaluasi

Gambar 3 di atas menunjukkan bahwa pada evaluasi terdapat beberapa alur tahapan yaitu, *posttest*, analisa hasil dan kesimpulan. Tahap *posttest* dilakukan untuk mengukur peningkatan pemahaman peserta setelah penyuluhan. Pada tahap ini peserta diberikan soal yang sama dengan *pretest* untuk dijawab. Setelah itu dilanjutkan ke tahap analisa hasil, yaitu menghitung poin dari *pretest* dan *posttest* sehingga didapatkan hasil. Tahap terakhir adalah kesimpulan, yaitu menyimpulkan hasil yang didapat pada analisa hasil.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan survei awal yang telah dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat, di Kelurahan Joyotakan terdapat banyak orang dewasa (paruh baya) dan lansia. Hal ini dapat menjadi peluang timbulnya gangguan persendian yang dikarenakan oleh naiknya kadar asam urat dalam darah, jika tidak diimbangi dengan pengetahuan yang cukup tentang asam urat. Upaya pencegahan serta pengobatan salah satunya dengan pemberian penyuluhan kesehatan tentang asam urat serta tanaman herbal yang memiliki khasiat menurunkan kadar asam urat yaitu Habbatussauda atau jinten hitam. Hal ini dilakukan agar warga yang hadir dapat menggunakan herbal untuk menurunkan kadar asam urat, sehingga ketergantungan terhadap obat sintetik dapat berangsur-angsur turun supaya efek samping yang ditimbulkan juga kecil.

Dua puluh delapan penghuni berusia di atas tiga puluh tahun yang sering mengalami masalah sendi menghadiri program ini. Kedatangan penghuni dimulai pukul 08.00 WIB. Para peserta diinstruksikan untuk menjalani tes asam urat darah. Dua puluh empat dari 28 peserta memiliki kadar asam urat yang lebih tinggi dari biasanya. Kadar asam urat empat peserta lainnya normal. Setelah dilakukan pengecekan kadar asam urat dalam darah, peserta diarahkan untuk mengisi soal *pretest* yang telah disiapkan. Terdapat 10 pertanyaan seputar asam urat dan jinten hitam dengan jawaban ya atau tidak. Hasil *pretest* digolongkan ke dalam beberapa kategori yaitu kategori baik (80-100 poin), kategori sedang (50-70 poin), kategori kurang (10-40 poin). Dikarenakan banyak peserta yang lansia, mahasiswa bersama membantu membacakan pertanyaan karena tulisan yang tidak terbaca oleh peserta. Berdasarkan hasil *pretest* sebagian besar peserta yang hadir termasuk ke dalam kategori kurang. Hasil *pretest* dapat dilihat pada Tabel 1 berikut,

Tabel 1. Hasil *Pretest* Peserta Penyuluhan

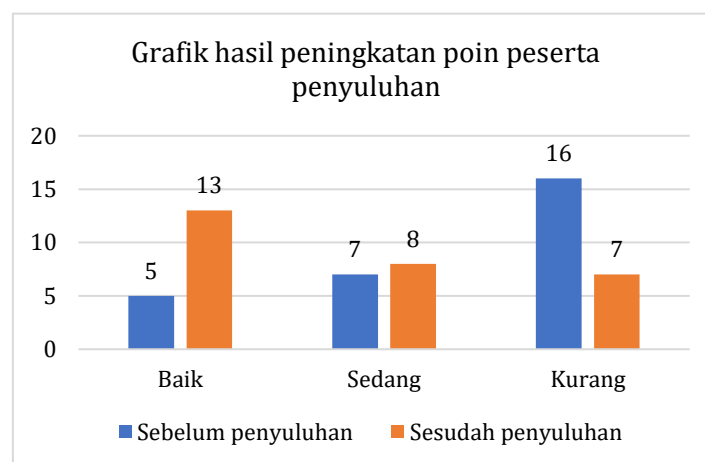
Kategori	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Baik	5	17,86
Sedang	7	25,00
Kurang	16	57,14
Total	28	100,00

Dari tabel di atas terlihat bahwa pemahaman peserta tentang penyakit asam urat masih kurang. Sehingga perlu adanya penyuluhan materi tentang asam urat serta pemanfaatan jinten hitam sebagai penurun kadar asam urat dalam darah. Penyuluhan dilakukan ketika seluruh

peserta sudah selesai mengisi *pretest*. Penyampaian materi berlangsung dengan lancar. Pada sesi ini juga dilakukan tanya jawab dengan peserta. Ketika diberi kesempatan untuk bertanya, para peserta cukup antusias. Peserta diberikan formulir pasca-tes untuk diisi setelah menyelesaikan pelatihan. Tabel 2 menampilkan hasil pasca-tes.

Tabel 2. Hasil *Posttest* Peserta Penyuluhan

Kategori	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Baik	13	46,43
Sedang	8	28,57
Kurang	7	25,00
Total	28	100,00



Gambar 4. Grafik Hasil Peningkatan Poin Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

Jelaslah dari tabel dan grafik terlampir bahwa jumlah individu yang termasuk dalam kelompok baik sedang meningkat. Kategori baik yang pada awalnya adalah hanya 5 orang (17,85%) setelah diberikan penyuluhan menjadi 13 orang (46,42%) artinya meningkat sebanyak 28,57%. Kategori sedang yang awalnya 7 orang (25,00%) mengalami kenaikan menjadi 8 orang (28,57%) artinya mengalami kenaikan sebanyak 3,57%. Sedangkan pada kategori kurang, mengalami penurunan jumlah yang awalnya 16 (57,14%) orang menjadi 7 orang (25,00%) artinya mengalami penurunan sebanyak 32,14%. Hal ini menunjukkan bahwa konseling meningkatkan pengetahuan peserta secara signifikan. Hal ini mendukung temuan sebelumnya bahwa konseling kesehatan dapat meningkatkan sikap dan pengetahuan tentang kesehatan (Tendean et al., 2025). Hal ini juga sesuai dengan hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Azis et al. pada tahun 2025, bahwa pemberian penyuluhan atau sosialisasi terhadap seseorang dapat meningkatkan pengetahuan orang tersebut terhadap suatu hal sesuai dengan apa yang disampaikan (Azis et al., 2025).



Gambar 5. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat

4. KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat disampaikan dari kegiatan yang telah dilaksanakan yaitu tingkat pengetahuan kesehatan seseorang dapat meningkat dengan diberikannya penyuluhan kesehatan yang efektif. Dimana data hasil yang didapatkan yaitu peserta dengan kategori baik meningkat sebesar 28,57%, kategori sedang mengalami peningkatan sebesar 3,57%, sedangkan kategori kurang mengalami penurunan sebanyak 32,14%. Dari hasil peningkatan poin dan peningkatan persentase kategori setelah diberikan penyuluhan maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini telah mencapai tujuan yang diharapkan, dimana peserta dapat menjadi lebih tahu dan paham tentang asam urat serta pemanfaatan Habbatussauda atau jinten hitam sebagai salah satu alternatif penurun kadar asam urat dalam darah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ingin mengucapkan terima kasih kepada Pemerintah Desa Joyotakan Surakarta di semua tingkatan yang telah memungkinkan kegiatan ini berjalan lancar. Kami juga ingin menyampaikan apresiasi kepada seluruh anak yang telah berpartisipasi dan membantu menyelesaikan proyek pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amrullah, A. amir, Fatimah, K. S., Nandy, N. P., Septiana, W., Azizah, S. N., Nursalsabila, Alya, A. H., Batrisyia, D., & Zain, N. S. (2023). Gambaran Asam Urat pada Lansia di Posyandu Melati Kecamatan Cipayung Jakarta Timur. *Jurnal Ventilator: Jurnal riset ilmu kesehatan dan Keperawatan*, 1(2), 162–175.
- Asriati, N., Witarsa, Matsum, J. H., Achmadi, Syahrudin, H., Syamsuri, Ansela, & Wardhani, S. F. (2025). Peningkatan Kompetensi Wirausaha Melalui Pelatihan Start-Up Learning Path Kepada Kelompok Usaha Inovasi Pengolahan Pisang. *Jurnal Abdimas Mandiri*, 9(1), 175–182. <https://doi.org/10.36982/jam.v9i1.5247>.
- Astrilian, T., & Yuniartika, W. (2024). Penyuluhan kesehatan masyarakat: Penatalaksanaan perawatan penderita asam urat menggunakan media booklet. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 18(1), 18–25. <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i1.213>.
- Azis, M., Heksarini, A., Adhimursandi, D., & Maria, S. (2025). *Peningkatan Pemahaman Siswa SMAN 4 Samarinda Terhadap Kesempatan Beasiswa Bank Indonesia*. 9(1), 1–10.
- Badan Pusat Statistik Surakarta. (2023). *Jumlah Penduduk Menurut Kelurahan (jiwa)*, 2023. <https://surakartakota.bps.go.id/id/statistics-table/2/NTg4IzI=/jumlah-penduduk-menurut-kelurahan.html>.

- Dungga, E. F. (2022). Pola Makan dan Hubungannya Terhadap Kadar Asam Urat. *Jambura Nursing Journal*, 4(1), 7–15. <https://doi.org/10.37311/jnj.v4i1.13462>.
- Febriyanti, T. (2020). The Correlation between the Ability in Purine Diet Management and Uric Acid. *Jurnal Ners Lentera*, 8(1), 72–79.
- Galassi, F. M., & Borghi, C. (2015). A brief history of uric acid: From gout to cardiovascular risk factor. *European Journal of Internal Medicine*, 26(5), 373. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ejim.2015.04.005>.
- Karuniawati, B. (2018). Hubungan Usia Dengan Kadar Asam Urat Pada Wanita Dewasa. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 9(2), 19–22. <https://doi.org/10.36569/jmm.v9i2.7>.
- Lasmawanti, S., Yuniati, & Septian Daulay, D. (2022). Faktor-Faktor Pencegahan Asam Urat pada Lansia di Dusun IV Desa Air Jorman. *Journal Healthy Purpose*, 1(1), 27–30. <https://doi.org/10.56854/jhp.v1i1.34>.
- Mildawati, R., Prasetyo Nugroho, B., Prasetyawan, F., Kristjono, A., & Saristiana, Y. (2024). Edukasi Swamedikasi Penggunaan Obat Asam Urat Pada Pemeriksaan Kesehatan Berkala. *Jurnal LENTERA*, 4(2), 141–151. <https://doi.org/10.57267/lentera.v4i2.369>.
- Parashita, & Padma, S. A. (2020). *Pengaruh Pemberian Sandaromatherapy Terhadap Intensitas Nyeri Pada Penderita Nyeri Nosiseptif Muskuloskeletal (Studi Pada Wilayah Kerja Puskesmas Iv Denpasar Selatan)*. Poltekkes Denpasar.
- Purukan, A. S. A., Rahmanto, S., & Lubis, Z. I. (2024). Hubungan Antara Kadar Asam Urat Dengan Aktivitas Fisik Padalansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Mulyorejo Kota Malang. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 11(8), 1562–1569.
- Riskesdas. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Kementrian Kesehatan Jawa Tengah Republik Indonesia. In *Laporan Nasional Riskesdas 2018*.
- Saleh, R., Ditaellyana Artha, & Zakia Asrifah Ramly. (2024). Pemeriksaan Kadar Asam Urat Sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan Masyarakat Di Kelurahan Pattapang, Kecamatan Tinggimoncong, Kabupaten Gowa. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (JUDIMAS)*, 2(2), 368–375. <https://doi.org/10.54832/judimas.v2i2.329>.
- Sulvita, N. (2019). Efektivitas Minyak Habbatussauda (Nigella Sativa) terhadap Pertumbuhan Staphylococcus Aureus. *UMI Medical Journal*, 3(2), 14–24. <https://doi.org/10.33096/umj.v3i2.40>.
- Tendean, W., Tendean, L. E. N., Kepel, B. J., Kairupan, B. H. R., & Kaseke, M. M. (2025). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Mengenai Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Sma Advent Tompaso Ii. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 320–327. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v9i1.41172>.