

## Penyuluhan Teknik Relaksasi Autogenik Di Klinik Pratama Matahari”

**Author:**

NURHAFNI, SKM., M.Kes.<sup>1)</sup>

**Afiliasion:**

Akademi  
Kebidanan Kharisma  
Husada Binjai

**Corresponding email**

Donasenorita577@gmail.com

**Abstrak:**

Penyakit asam urat adalah suatu jenis penyakit peradangan sendi yang terjadi karena adanya penumpukan kristal asam urat. Biasanya terjadi di beberapa sendi, seperti jari kaki, pergelangan kaki, lutut, dan ibu jari kaki. Penyakit asam urat juga biasanya disebut gout. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Asam Urat Pada Lansia di Puskesmas Binjai Estate Pada Tahun 2024.

Desain penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif korelasi (*correlation studi*). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia sebanyak 26 responden, total sampling sebanyak 26 sampel. variabel dalam penelitian yaitu variable independent yaitu rebusan daun salam dan variable dependent kadar asam urat pada lansia. Instrument penelitiannya menggunakan kuesioner, dan uji *uji chi-square*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia yang teratur meminum rebusan daun salam, kadar asam urat turun sebanyak 16 orang (84,2%) dan lansia minoritas meminum rebusan daun salam teratur, kadar asam urat tidak turun sebanyak 3 responden (15,8%) sedangkan mayoritas lansia yang tidak teratur meminum rebusan daun salam, kadar asam urat turun sebanyak 1 responden (14,2%) dan minoritas lansia yang tidak teratur meminum daun salam, kadar asam urat tidak turun sebanyak 6 responden (85,8%). Uji chi-square menunjukkan bahwa nilai signifikan  $p\text{-Value}=0,002 < \alpha(0,05)$ , sehingga  $H_1$  diterima.

Kesimpulan penelitian ini adalah ada hubungan pengaruh rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia di Puskesmas Binjai Estate.

**Kata kunci**

**: Lansia, Asam Urat, Rebusan Daun Salam**



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



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

## Pendahuluan

Lanjut usia menurut undang-undang Nomor 13 tahun 1998 adalah seseorang yang mencapai usia diatas 60 tahun (Wibowo, 2018) sedangkan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 43 Tahun 2004, menyebutkan bahwa lanjut usia yaitu seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas (Putri, 2019). Menua bukanlah penyakit, tetapi merupakan proses yang berangsur-angsur mengakibatkan perubahan kumulatif, merupakan proses menurunnya daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari dalam dan luar tubuh. Selanjutnya, menurut WHO menggolongkan lanjut usia berdasarkan usia kronologisbiologis menjadi empat kelompok yaitu, usia pertengahan (middle/young elderly) berusia antara 45-59 tahun, lanjut usia (elderly) berusia antara 60-74 tahun, usia tua (old) berusia antara 75-90 tahun (Wibowo, 2018).

Lansia atau lanjut usia merupakan fase yang sudah diatur oleh Tuhan, yang ditandai dengan peningkatan kelemahan, meningkatnya kerentanan tubuh terhadap berbagai macam penyakit, lingkungan yang berubah-ubah, hilangnya ketangkasan dan berkurangnya mobilitas serta perubahan secara fisiologis. Orang yang sudah lanjut usia rentan terkena penyakit. Karena semakin menurunnya kekuatan fisik dan daya tahan tubuh menyebabkan mekanisme kerja organ tubuh menjadi terganggu sehingga rentan terhadap serangan penyakit. Perubahan terbesar yang terjadi pada usia lanjut adalah kehilangan massa tubuhnya, termasuk tulang, otot, dan massa organ tubuh, sedangkan massa lemak meningkat. Peningkatan massa lemak dapat memicu resiko penyakit kardiovaskular, diabetes melitus, hipertensi, dan penyakit degeneratif lainnya termasuk asam urat. Pada usia tersebut, enzim urokinase yang mengoksidasi asam urat menjadi allantoin sehingga mudah dibuang dan menurun seiring dengan bertambah tuanya umur seseorang. Jika pembentukan enzim ini terganggu maka kadar asam urat darah menjadi naik. salah satu penyebab yang mempengaruhi kadar asam urat adalah olahraga terlalu berat atau aktivitas fisik yang terlalu berat. Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2020 didunia sebanyak 34,2% yang mengalami asam urat dan setiap tahunnya mengalami peningkatan. Peningkatan tersebut juga terjadi dinegara berkembang salah satunya Indonesia. Hal tersebut ditunjang dari data Riskesdes tahun 2020 prevalensi penyakit asam urat berdasarkan dignosa tenaga kesehatan di Indonesia 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala 24,7% jika dilihat dari karakteristik umur, prevalensi tinggi pada umur  $\geq 75$  tahun (54,8%). Penderita Wanita juga lebih banyak (8,46%) dibandingkan dengan pria (6,13%) (Riskesdes, 2020). Prevelensi penyakit asam urat di Indonesia semakin mengalami peningkatan. Menurut Riskesdas tahun 2018, prevalensi penyakit asam urat berdasarkan diagnosa tenaga kesehatan di Indonesia 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala 24,7% jika dilihat dari karakteristik umur, prevalensi tinggi pada umur  $\geq 75$  tahun (54,8%). Penderita wanita juga lebih banyak (8,46%) dibandingkan dengan pria (6,13%) (Republik Indonesia, K. K., 2018). Insiden gout menjadi sama antara laki – laki dan perempuan setelah usia 60 tahun, selain itu banyak factor resiko asam urat yang berhubungan kuat dengan kejadian asam urat pada wanita dibandingkan pria. Riwayat asam urat dalam keluarga, infusiensi ginjal, riwayat penyakit penyerta, dan riwayat penyakit sebelumnya berdasarkan penelitian yang dilakukan Festy et al, 38% wanita pasca menopause memiliki pola makan tinggi purin (Febriyanti, T., 2020). Dari beberapa tanaman herbal yang digunakan oleh masyarakat untuk mengatasi asam urat penulis tertarik untuk meneliti tanaman herbal daun salam dalam penurunan asam urat pada lansia. Karena daun salam merupakan salah satu tanaman yang memiliki kandungan tanin, flavonoid, saponin, triterpene, polifenol, alkaloid, minyak atsiri, vitamin C, vitamin A, thiamin, riboflavin, niacin, vitamin B6, dan vitamin B12 yang berfungsi dalam penurunan pembentukan asam urat melalui purin (Aryani et al., 2020).

Berdasarkan survei awal yang telah dilakukan penelitian pada tanggal 14 Juni 2024 di Puskesmas Binjai Estate didapatkan sebanyak 26 orang lansia dengan keluhan mengalami asam urat sebanyak 20 orang. Setelah diberikan Pendidikan kesehatan pada lansia tentang manfaat rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat. Lansia yang mengalami asam urat sebanyak 20 orang tersebut bersedia untuk menggunakan rebusan daun salam sebagai penurunan kadar asam urat pada lansia.

Berdasarkan data tersebut diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat di Puskesmas Binjai Estate Pada Tahun 2024.”

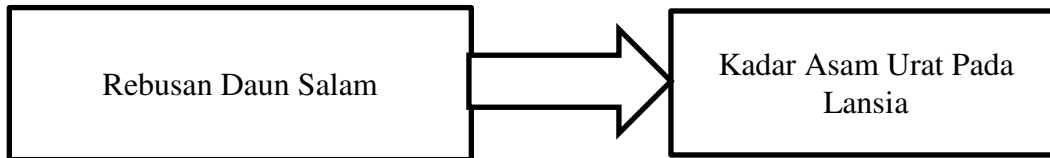


### Metode Penelitian

Adapun kerangka konsep dalam penelitian yang berjudul Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia di Puskesmas Binjai Estate dapat dilihat dari bagan dibawah ini :

**Variabel Independent (X)**

**Variabel Dependent (Y)**



Ada 2 variabel dalam penelitian yaitu variable independent (bebas) : Rebusan Daun Salam dan variable dependent (terikat) : Kadar Asam Urat Pada Lansia.

Desain penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif korelasi (*correlation studi*) yaitu suatu metode penelitian hubungan antara dua variabel atau lebih pada suatu situasi.

### Hasil

Bedasarkan hasil penelitian tentang “Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Puskesmas Binjai Estate Tahun 2024”, dengan jumlah 26 orang Lansia. Analisa univariat bertujuan untuk menjelaskan dan mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti. Dengan Analisa univariat dapat dilihat distribusi lansia dengan adanya pengaruh penurunan kadar asam urat sebelum dan sesudah mengonsumsi rebusan daun salam.

Berdasarkan tabel 4.1 dapat dilihat dari 26 responden yang diteliti di Puskesmas Binjai Estate Tahun 2024 mayoritas lansia merebus daun salam secara teratur sebanyak 19 responden (73,1%) sedangkan minoritas lansia dengan merebus daun salam secara tidak teratur sebanyak 7 responden (26,9%).

Berdasarkan tabel 4.2 dapat dilihat dari 26 responden yang diteliti di Puskesmas Binjai Estate Tahun 2024 mayoritas lansia yang berhasil turun kadar asam urat sebanyak 17 responden (65,4%) minoritas lansia yang tidak turun kadar asam urat sebanyak 9 responden (34,6%).

Berdasarkan tabel 4.3 dapat dilihat Lansia di Puskesmas Binjai Estate Tahun 2024 mayoritas lansia yang teratur meminum rebusan daun salam, kadar asam urat turun sebanyak 16 orang (84,2%) dan lansia minoritas meminum rebusan daun salam teratur, kadar asam urat tidak turun sebanyak 3 responden (15,8%) sedangkan mayoritas lansia yang tidak teratur meminum rebusan daun salam, kadar asam urat turun sebanyak 1 responden (14,2%) dan minoritas lansia yang tidak teratur meminum daun salam, kadar asam urat tidak turun sebanyak 6 responden (85,8%). Nilai *P-Value*=0,002.

Berdasarkan hasil uji chi square pengaruh rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia di Puskesmas Binjai Estate tahun 2024 dengan derajat kemaknaan ( $\alpha$ ) = 0,05 dan  $df = 1$  diperoleh hasil perhitungan yaitu sig(2-tailed)  $0,002 < (\alpha) = 0,005$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Kesimpulannya ada pengaruh rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia di Puskesmas Binjai Estate Tahun 2024.

### Kesimpulan

Asam urat dalam Bahasa medis dikenal dengan sebutan Gout adalah suatu kondisi medis Dimana terjadi gangguan metabolisme asam urat didalam tubuh. Akibatnya terjadi peningkatan kadar asam urat dalam tubuh. Kristal asam urat yang berlebihan akan menumpuk di jaringan tubuh dan menyebabkan inflamasi (peradangan) pada persendian (arthritis). Penyakit asam urat ditandai oleh linu-linu, terutama persendian tulang. Rasa sakit tersebut diakibatkan adanya radang pada persendian.

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa distribusi frekuensi rebusan daun salam pada lansia di Puskesmas Binjai Estate tahun 2024 mayoritas lansia dengan merebus daun salam secara teratur sebanyak 19



responden (73,1%) sedangkan minoritas lansia dengan merebus daun salam secara tidak teratur sebanyak 7 responden (26,9%).

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa distribusi frekuensi penurunan kadar asam urat pada lansia di Puskesmas Binjai Estate tahun 2024 dengan mayoritas lansia yang berhasil turun kadar asam urat sebanyak 17 responden (65,4%) minoritas lansia yang tidak turun kadar asam urat sebanyak 9 responden (34,6%).

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa distribusi frekuensi dapat dilihat Lansia mayoritas lansia yang teratur meminum rebusan daun salam, kadar asam urat turun sebanyak 84,2% dan lansia minoritas meminum rebusan daun salam teratur, kadar asam urat tidak turun sebanyak 15,8% sedangkan mayoritas lansia yang tidak teratur meminum rebusan daun salam, kadar asam urat turun sebanyak 14,2% dan minoritas lansia yang tidak teratur meminum daun salam, kadar asam urat tidak turun sebanyak 85,8%. Nilai  $P\text{-Value}=0,002$ . Berdasarkan hasil uji chi square pengaruh rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia di Puskesmas Binjai Estate tahun 2024 dengan derajat kemaknaan  $(\alpha) = 0,05$  dan  $df = 1$  diperoleh hasil perhitungan yaitu  $\text{sig}(2\text{-tailed}) 0,002 < (\alpha) = 0,005$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Kesimpulannya ada pengaruh rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia di Puskesmas Binjai Estate Tahun 2024.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amrullah, A, A. Fatimah, S, K. Nandy, P,N. Septiana, W, Azizah, N, S. Nursalsabila. Alya, H, A. Batrisyia, D. Zain, S, N. (2023) *Gambaran Asam Urat Pada Lansia di Posyandu Melati Kecamatan Cipayung Jakarta Timur*. Jurnal Ventilator:Jurnal riset ilmu kesehatan dan Keperawatan Vol., No. Juni 2023
- Faqih, D. Salam, Y, A. Sriyono, H, G. (2023). *Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kadar Asam Urat*. Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan (JURRIKES). Vol.2, No.2 Oktober 2023
- Riswana, I. Muyani, S, N. (2022). *Faktor risiko yang mempengaruhi kadar asam urat pada penderita hiperurisemia di wilayah kerja Puskesmas Muara Satu Kota Lhokseumawe*. Darussalam Nutrition Journal, Mei 2022, 6(1):29-36
- Istichomah. (2020). *Penyuluhan Kesehatan Tentang Hipertensi Pada Lansia di Dukuh Turi, Bambanglipuro, Bantul*. Jurnal Pengabdian Harapan Ibu (JPHI). Vol.2 No.1, April 2020
- Khoirunnisa, A, V. Retnaningsih, D. (2021) *Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis di Desa Sempu Kec. Limpung Kab. Batang*
- Madyaningrung, E. Kusumaningrum, F. Wardani, K, R. Susilaningrum, R, A. Ramadhani, A. (2020). *Buku Kader Pengontrolan Asam Urat Di Masyarakat*. Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan (FK-KMK) UGM
- Silpiyani, Kurniawan, W, E. Wibowo, H, T. (2023). *Karakteristik Responden Lansia Penderita Asam Urat di Desa Pageraji Kecamatan Cilongok*. SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah Vol.2, No.5 Mei 2023
- Suryagustina. Prinawatie. Sari, E. (2022). *Efektifitas Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia*. Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Vol 13 No. 1 Juli 2022
- Suryani. Pistanty, A, M. Sutiyono. (2020). *Buku Ajar Gout Arthritis (Asam Urat)*. Yayasan Citra Dharma Cindekia
- Widiyono. Aryani, A.Herawati, D, V. (2020). *Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Dengan Pemeriksaan Asam Urat dan Edukasi Terapi Komplementer Herbal di Panti Lanjut Usia Ais'yah Surakarta*. Bhakti Sabha Nusantara Volume 01 Nomor 02 (2022)
- Wilandari, S. Lasanudin, V, H. Biahimo, I, U, N. Sudirman, N, A. *Pemberian Rebusan Daun Salam Pada Lansia Dengan Asam Urat di Griya Lansia Jannati Kota Gorontalo*. Jurnal Ventilator: Jurnal riset ilmu kesehatan dan keperawatan. Vol. 1, No.2 Juni 2023
- Yanuarty, R. Tuldjanah, M. Ariesta, A. (2023). *Pemanfaatan Tanaman Daun Salam Untuk Mengobati Asam Urat Pada Warga Desa Maku Kecamatan Dolo Kabupaten Sigi*. Jurnal Pengabdian Kefarmasian Volume 4, No.1, Mei 2023
- Yulianti, P, E, M. Kemala, C, P. Triana, D. Arini, M. (2021). *Hasil Pengukuran Kadar Asam Urat*



---

*Menggunakan Point Of Care Testing (POCT) Dan Gold Standard (Chemistry Analyzer). Journal of Telenursing (JOTING) Volume 3, Nomor 2, Desember 2021*



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