

# PEMBERDAYAAN KADER MELALUI EDUKASI DAN PELATIHAN TERAPI KOMPLEMENTER BAGI LANJUT USIA DENGAN ARTRITIS GOUT

Ninda Ayu Prabasari<sup>1</sup>, Linda Juwita<sup>2</sup>, Made Indra Ayu Astarini<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup> *Fakultas Keperawatan, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya, Indonesia*

*Email: [nindaayu@ukwms.ac.id](mailto:nindaayu@ukwms.ac.id)*

## ABSTRAK

Jumlah orang yang terkena arthritis gout semakin meningkat seiring bertambahnya usia dan hal ini sering dialami oleh lanjut usia. Arthritis Gout akut akan menjadi kronik, salah satu penyebab yaitu rendahnya pengetahuan. Kader sebagai pemberi informasi yang terdekat dengan lansia, mengungkapkan belum pernah dilakukan edukasi penatalaksanaan pengobatan dan pelatihan terapi komplementer untuk menurunkan kadar asam urat dan mengurangi rasa nyeri akibat asam urat. Kegiatan ini dilakukan melalui pemberian pendidikan kesehatan dan pelatihan pembuatan terapi komplementer serta evaluasi kegiatan pelatihan. Metode kegiatan dilakukan 2 kali pertemuan melalui Google Meet dihadiri oleh 66 kader. Evaluasi hasil kuesioner pengetahuan terdapat peningkatan lebih dari 30% kategori baik dari hasil 48,48% (pretest) menjadi 86,36% (posttest), evaluasi kegiatan kader dalam melakukan redemonstrasi pembuatan terapi komplementer didapatkan hasil sebanyak 100%. Pengetahuan dan pelatihan yang diberikan dapat meningkatkan kualitas kader dalam memberikan pelayanan kesehatan kepada lansia.

**Kata Kunci: Arthritis Gout, Kader Lansia, terapi komplementer**

## ABSTRACT

*The number of people affected by gouty arthritis increases with age and this is often experienced by the elderly. Acute Gouty Arthritis will become chronic, one of the causes is lack of knowledge. The cadre as the closest information provider to the elderly revealed that there had never been education on treatment management and complementary therapy training to reduce uric acid levels and reduce pain due to gout. This activity is carried out through the provision of health education and training in the manufacture of complementary therapies as well as evaluation of training activities. The activity method was carried out 2 times through Google Meet, attended by 66 cadres. Evaluation of the results of the knowledge questionnaire there was an increase of more than 30% in both categories from 48.48% (pretest) to 86.36% (posttest), evaluation of cadre activities in redemonstration of making complementary therapies obtained results as much as 100%. The knowledge and training provided can improve the quality of cadres in providing health services to the elderly.*

**Keywords: Arthritis Gout, Elderly Cadre, complementary therapy**

## PENDAHULUAN

Adanya peningkatan kadar asam urat di dalam darah salah satu tanda terjadi artritis gout (Suriana, 2014). Peningkatan metabolime purin dalam tubuh menjadikan masalah dominan terjadinya penyakit ini. Berat badan berlebih, penambahan usia, makanan yang dikonsumsi merupakan penyebab terjadinya arthiritis gout. Kemerahan diawal gejala diikuti dengan nyeri, gangguan pada ibu jari dan pergelangan kaki seperti kemerahan, bengkak. Adanya keterbatasan rentang gerak sendi, nyeri, bengkak biasanya terjadi setelah melakukan olahraga, bergerak tanpa pemanasan, malam hari menjelang pagi saat kondisi dingin (Aminah, 2013).

Prevalensi di atas 50% lanjut usia yang terkena arthiritis gout, usia lebih dari 70 tahun dan mayoritas wanita (Risksdas, 2013). Risiko kekambuhan yang tinggi akan dialami. Saat kondisi normal asam urat larut dalam darah dan dikeluarkan bersamaan dengan urine. Lanjut usia yang mengalami arthrititis gout akan menghasilkan asam urat dalam jumlah tinggi, sehingga ia mengalami gangguan dalam proses pembuangan yang menyebabkan asam urat menumpuk dalam tubuh. Kelebihan asam urat dalam tubuh akan disimpan dalam bentuk kristal-kristal yang menumpuk di dalam sendi. Jika dibiarkan dalam waktu yang lama akan terjadi peradangan sendi yang umumnya dikeluhkan dengan sendi kemerahan, bengkak, dan nyeri yang hebat. Semua sendi di tubuh bisa terdampak asam urat, bagian tubuh yang sering terserang adalah sendi jari tangan, jari kaki, lutut, dan pergelangan kaki. Penatalaksanaan pengobatan

dilakukan secara farmakologi dan nonfarmakologi.

Pencegahan primer merupakan langkah yang bisa dilakukan dengan pendidikan kesehatan dan bisa dilakukan oleh kader kesehatan, karena kader berhubungan erat dengan lanjut usia. Pada kegiatan sebelumnya yang telah dilakukan oleh tim abdimas, melalui wawancara dengan 10 Kader, kader mengungkapkan belum pernah dilakukan edukasi penatalaksanaan pengobatan pada lansia dan pelatihan terapi komplementer untuk menurunkan kadar asam urat dan hasil wawancara dengan perawat penganggungjawab lansia bahwa artritis gout merupakan 5 penyakit terbesar pada lansia di wilayah Puskesmas Kenjeran. Kader mengungkapkan banyak lansia menggunakan obat tradisional atau rempah rempah untuk menurunkan kadar asam uratnya berdasarkan dari pembicaraan satu orang ke orang yang lain tanpa tahu takaran, ukuran dan lama boleh mengkonsumsi. Tidak jarang mereka satu dengan yang lain mempunyai takaran dalam menggunakan obat tradisional sesuai dengan keyakinannya saja. Kader juga tidak mengetahui harus memberikan informasi akurat terkait apa saja yang boleh dikonsumsi oleh lansia dengan artritis gout untuk menurunkan kadar asam urat. Dengan latar belakang yang telah dituliskan maka penulis tertarik melakukan pengabdian masyarakat dengan judul pemberdayaan kader melalui edukasi dan pelatihan terapi komplementer bagi lansia dengan artritis gout di wilayah kerja puskesmas kenjeran

Permasalahan mitra yang dialami oleh para kader adalah kader posyandu lansia belum mengetahui

tentang arthritis gout pada lansia, Pengetahuan dan pemahaman kader Posyandu lansia yang kurang tentang terapi non farmakologis pada lansia dengan arthritis gout, pengetahuan dan pemahaman kader terkait obat tradisional atau rempah yang boleh digunakan untuk menurunkan kadar asam urat yang masih kurang

## METODE

Kegiatan dilakukan dengan Google Meet sebanyak 2 kali pertemuan. Kegiatan pertama dilakukan pada sabtu, 12 Maret 2022 melakukan pemberian edukasi terkait konsep arthritis gout dan pemamparan video beserta penjelasan membuat bahan-bahan yang digunakan untuk menurunkan asam urat dan mengurangi nyeri pada asam urat. Sebelum dilakukan pemberian edukasi diberikan *pre test* dan setelah melakukan kegiatan juga diberikan *post test*. Kegiatan kedua dilakukan pada sabtu, 19 Maret 2022 melakukan evaluasi kepada para kader yang telah melakukan pembuatan terapi komplementer setelah diberikan penjelasan di pertemuan sebelumnya.

## HASIL & PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pertama dilakukan pada sabtu, 12 Maret 2022 dimulai pukul 09.00 s.d 12.00, Kegiatan dimulai dengan melakukan presensi pada Google Form dilanjutkan dengan Kader mengisi melalui Google Form, Pre test tentang pengetahuan dan penatalaksanaan arthritis gout dan post test setelah mendapatkan edukasi. Setelah dilakukan pemberian edukasi dilanjutkan dengan pemberian demontrasi terapi komplementer berbasis hasil penelitian untuk menurunkan kadar asam dengan menggunakan bahan

daun salam, sirsak dan seledri. Untuk mengurangi rasa nyeri dengan penggunaan jahe dan senam ergonomis yang diberikan melalui video.

Kader lansia yang hadir secara daring sejumlah 66 Orang. Kegiatan ini diikuti kader dengan rentang usia 34 - 65 tahun dengan mayoritas usia kader 46- 55 tahun ( kategori lansia awal ) sebanyak 40 orang (60.60%), sedangkan kategori lama menjadi kader lansia rentang 1 – 15 tahun, mayoritas lama menjadi kader 1 – 7 tahun sebanyak 55 orang (83.33 %)

**Tabel 1. Hasil pre test dan post test**

Keterangan	Kurang	Cukup	Baik
Pengetahuan (Pre test)	4 orang (6.06%)	30 orang (45.46%)	32 orang (48,48%)
Pengetahuan (Post test)	-	9 orang (13.64%)	57 orang (86.36%)

Evaluasi pelatihan terapi komplementer dilakukan pada tanggal 19 Maret 2022 yaitu berupa jumlah yang sudah dilakukan/ diredemonstrasikan oleh kader selama 6 hari sejak pertemuan pemberian pelatihan. Kategori adalah sebagai berikut melakukan redemontrasi 1- 3 jenis sebanyak 53 orang (80,30% ) dan 4-5 jenis sebanyak 13 orang (16.70%).

Secara keseluruhan dua (2) kali pertemuan berjalan dengan lancar. Antusiasme, keaktifan saat bertanya dan menjawab selama proses kegiatan, kader juga mengungkapkan pengalaman yang mereka alami selama ini dalam merawat lansia dengan Arthritis gout. Pemaparan yang diberikan membuat kader memahami kekeliruan yang selama ini dilakukan. Pemanfaatan bahan yang sering dijumpai dan

digunakan dalam kehidupan sehari – hari, merupakan salah satu kemudahan yang bisa dimanfaatkan oleh kader untuk mengatasi masalah Kesehatan.

Mayoritas masalah lanjut usia yang terjadi di masyarakat terkait arthritis Gout adalah cara menurunkan kadar asam urat dan cara mengatasi nyeri yang menjadi keluhan utama yang sering dirasakan. Masyarakat terkadang masih banyak yang menggunakan bahan – bahan yang biasa dijumpai, mudah didapatkan dan tidak mahal. Seseorang yang memiliki asam urat terkadang selain mengkonsumsi obat juga mengkonsumsi makanan, sayuran, buah yang mereka percaya dapat mengobati penyakit. Seledri, daun salam, jus sirsak selama ini ada beberapa kader yang sudah menggunakan untuk menurunkan kadar asam urat ataupun jahe digunakan mengurangi rasa nyeri yang timbul tetapi dengan jumlah, pemakaian yang berasal dari informasi dari masyarakat yang beredar. Pelatihan yang diberikan membuat kader dapat meningkatkan ketrampilan dan pengetahuannya dalam menggunakan dan memanfaatkan bahan sehari – hari yang mereka gunakan sesuai dengan hasil penelitian sehingga dosis, frekuensi yang diberikan untuk lansia tidak sembarangan. Antusias kader untuk melakukan redemonstrasi cara pembuatan sesuai dengan video yang diajarkan sebesar 100 % artinya seluruh kader melakukan redemonstrasi.

### **KESIMPULAN**

Peningkatan kualitas pelayanan kader dapat ditingkatkan dengan kemampuan memahami masalah kesehatan yang sering dialami oleh

lansia, pemberian pelatihan akan meningkatkan ketrampilan kader memberikan perawatan kepada lansia dengan masalah Kesehatan. Kegiatan serupa dapat diberikan secara berkala dengan topik yang berbeda untuk lebih mengembangkan kemampuan dan ketrampilan kader.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Aminah, M. (2013). *Khasiat Sakti Tanaman Obat Untuk Asam Urat*. Jakarta: Dunia Sehat.
- Riskesdas. (2013). *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Suriana, N. (2014). *Herbal Sakti Atasi Asam Urat*. Depok: Mutiara Allamah Utama .