

## EDUKASI PEMBUATAN REBUSAN DAUN SALAM UNTUK TERAPI LANSIA DENGAN GOUT ARTHRITIS DI PUSKESMAS SOKARAJA I

Popy Sucianingsih<sup>1</sup>, Wasis Eko Kurniawan<sup>2</sup>, Madyo Maryoto<sup>3</sup>

sucianingsihp@gmail.com<sup>1</sup>, wasiseko1270@gmail.com<sup>2</sup>, madyomaryoto81@yahoo.com<sup>3</sup>

Universitas Harapan Bangsa

### ABSTRAK

Asam urat adalah senyawa kimia yang terbentuk dari pemecahan purin, salah satu jenis Rebusan daun salam (*Syzygium polyanthum*) telah dikenal dalam pengobatan tradisional sebagai terapi potensial untuk mengatasi asam urat, kondisi yang disebabkan oleh tingginya kadar asam urat dalam darah. Daun salam mengandung berbagai senyawa bioaktif, termasuk flavonoid dan tanin, yang diklaim memiliki sifat antiinflamasi dan antioksidan. Penelitian menunjukkan bahwa senyawa-senyawa ini dapat membantu mengurangi peradangan dan menghambat pembentukan kristal asam urat, yang merupakan penyebab utama serangan gout. Penyebab peningkatan kadar asam urat meliputi konsumsi makanan tinggi purin seperti daging merah dan makanan laut, alkohol, serta gangguan metabolisme atau genetika. Penanganan hiperurisemia sering melibatkan perubahan pola makan, pengobatan untuk menurunkan kadar asam urat, serta perubahan gaya hidup untuk mengurangi faktor risiko terkait. Pemantauan rutin dan manajemen yang tepat dapat membantu mengendalikan gejala dan mencegah komplikasi lebih lanjut. Rebusan daun salam (*Syzygium polyanthum*) telah dikenal dalam pengobatan tradisional sebagai terapi potensial untuk mengatasi asam urat, kondisi yang disebabkan oleh tingginya kadar asam urat dalam darah. Daun salam mengandung berbagai senyawa bioaktif, termasuk flavonoid dan tanin, yang diklaim memiliki sifat antiinflamasi dan antioksidan. Penelitian menunjukkan bahwa senyawa-senyawa ini dapat membantu mengurangi peradangan dan menghambat pembentukan kristal asam urat, yang merupakan penyebab utama serangan gout. Terapi dengan rebusan daun salam biasanya melibatkan merebus daun salam segar dalam air, kemudian mengonsumsi air rebusan tersebut secara rutin. Beberapa studi awal dan laporan kasus menunjukkan adanya penurunan kadar asam urat dan perbaikan gejala gout setelah penggunaan terapi ini. Untuk itu penulis tertarik untuk memberikan edukasi kepada lansia dengan gout arthritis menggunakan rebusan daun sala mini dilihat dari kandungan yang ada pada daun salam yang dapat menurunkan kadar asam urat.

**Kata Kunci:** Lansia, Penuaan, Asam urat (Gout arthritis), Purin.

### PENDAHULUAN

Lanjut usia atau yang biasa disebut dengan lansia merupakan bagian dari salah satu proses tumbuh kembang setiap manusia, hal ini terjadi bukan secara tiba-tiba orang tersebut menjadi tua, melainkan tumbuh kembang dimulai dari bayi, masa kanak-kanak, remaja, dewasa dan menjadi tua. Lansia bukanlah merupakan suatu penyakit, melainkan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang dapat ditandai dengan terjadinya penurunan fungsi tubuh untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitar. Seseorang dapat dikatakan lansia apabila usianya sudah mencapai dari 60 tahun atau lebih, yang pada umumnya memiliki tanda-tanda seperti terjadinya penurunan fungsi biologis, psikologis, sosial dan ekonomi (Wulandari et al., 2023)

Menurut data global, jumlah lansia diperkirakan mencapai 500 juta, dengan usia rata-rata 60 tahun. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan jumlah lansia di dunia akan mencapai 1,2 miliar pada tahun 2025, meningkat menjadi 2 miliar pada tahun 2050. WHO juga memperkirakan pada tahun 2025, 75% populasi lansia dunia akan tinggal di negara berkembang, dan setengah dari lansia akan tinggal di Asia. Pada tahun 2035, penduduk lanjut usia di Indonesia diperkirakan meningkat sebesar 48,2 juta

(15,77%) (Royani & Siska, 2023)

Sedangkan persentase penduduk lansia terhadap total penduduk di Provinsi Jawa Tengah terus mengalami peningkatan, yaitu 12,64 persen pada tahun 2021 menjadi 13,07 persen pada tahun 2022. Peran lansia dalam rumah tangga sebenarnya masih besar, hal ini terlihat dari lansia yang berperan sebagai pencari nafkah (54,22 persen bekerja), dan sebagai kepala rumah tangga (52,46 persen) (Dinas Kesehatan, 2022).

Pelayanan Kesehatan Usia Lanjut yaitu pelayanan kesehatan kepada warga negara usia 60 tahun ke atas sesuai dengan standar oleh tenaga kesehatan, baik di puskesmas maupun di posyandu/kelompok usia lanjut. Tren cakupan pelayanan kesehatan usia lanjut dari tahun 2018-2022 selalu meningkat, hanya terjadi sedikit penurunan pada tahun 2022. (Dinas Kesehatan, 2022).

Cakupan pelayanan kesehatan usia lanjut di Kabupaten Banyumas tahun 2022 sebesar 84,16 persen, mengalami sedikit penurunan dibandingkan dengan capaian tahun 2021 yaitu 85,82 persen. Puskesmas dengan pelayanan Kesehatan Usia Lanjut tertinggi adalah Puskesmas Banyumas sebesar 107,8 persen dan terendah adalah Puskesmas Gumelar sebesar 40,9 persen. (Dinas Kesehatan, 2022).

Salah satu upaya pemerintah dalam menyediakan fasilitas kesehatan dan penyelenggaraan dan upaya kesehatan antara lain adalah dengan mengadakan posyandu. Tujuan pembentukan posyandu lansia secara garis besar antara lain meningkatkan jangkauan pelayanan kesehatan lansia di masyarakat, sehingga terbentuk pelayanan kesehatan yang sesuai dengan kebutuhan lansia, mendekatkan pelayanan dan meningkatkan peran serta masyarakat dan swasta dalam pelayanan kesehatan disamping meningkatkan komunikasi antara masyarakat usia lanjut. Posyandu lansia merupakan pusat kegiatan masyarakat dalam upaya pelayanan kesehatan pada lanjut usia. Posyandu sebagai suatu wadah kegiatan yang bernuansa pemberdayaan masyarakat, akan berjalan baik dan optimal apabila proses kepemimpinan terjadi proses pengorganisasian, adanya anggota kelompok dan kader serta tersedianya pendanaan (Munandar et al., 2019)

Seiring meningkatnya usia, terjadi perubahan dalam struktur dan fungsi pada sel, jaringan serta sistem organ. Perubahan tersebut mempengaruhi kemunduran kesehatan fisik yang pada akhirnya akan berpengaruh pada kerentanan terhadap penyakit. (Akbar et al., 2020). Pada lanjut usia terjadi kemunduran sel-sel karena proses penuaan yang dapat berakibat pada kelemahan organ, kemunduran fisik, timbulnya berbagai macam penyakit seperti peningkatan kadar asam urat (Anwar & Yulia, 2020) Asam urat merupakan hasil metabolisme akhir dari purin yaitu salah satu komponen asam nukleat yang terdapat dalam inti sel tubuh. Penyebab penumpukan kristal di daerah persendian diakibatkan kandungan purinnya dapat meningkatkan kadar asam urat dalam darah antara 0,5 – 0,75g/ml purin yang dikonsumsi.

Penyakit asam urat termasuk penyakit degeneratif yang menyerang persendian, paling sering dijumpai kalangan masyarakat terutama dialami pada lansia. (Irdiansyah et al., 2022) Penyakit ini mempengaruhi kualitas hidup pasien. Asam urat ditandai dengan kambuhnya artritis akut (radang sendi) yang berulang yang dapat dikaitkan dengan penyusutan kristal natrium urat besar yang disebut deformitas nodal kronis (kerusakan sendi) dan kerusakan ginjal akibat makan berlebihan. purin yang menyebabkan sendi sakit, nyeri, dan meradang. (Ririn Fitriani, Lira Mufti Azzahri, M.Nurman, 2021).

Arthritis gout (asam urat) timbul akibat kadar asam urat darah yang berlebihan, yang menyebabkan kadar asam urat darah berlebihan adalah produksi asam urat di dalam tubuh lebih banyak dari pembuangannya, selain itu penyebab produksi asam urat di dalam tubuh berlebihan dapat terjadi karena faktor genetik (bawaan), faktor makanan dan faktor penyakit misalnya kanker darah (Zainaro, M. A., 2021).

Beberapa faktor risiko yang dapat mempengaruhi terjadinya Gout arthritis yaitu konsumsi purin berlebih, konsumsi alkohol, stress, konsumsi obat-obatan, obesitas, hipertensi, dan genetik. Terlalu banyak asupan purin membuat ginjal sulit mengeluarkan kelebihan asam urat dari tubuh, sehingga menyebabkan asam urat menumpuk di persendian. Asupan purin normal rentang 500-1000 mg/hari, di bawah 500 mg/hari dikategorikan rendah dan berlebih bila diatas 1000 mg/hari. (Sueni et al., 2021).

Arthritis gout penyakit yang sangat mengganggu aktivitas pasiennya. Penderita arthritis gout akan merasa nyeri, sendi-sendi sakit saat digerakkan, bengkak, jari-jari tangan terasa kaku jika digerakkan, sehingga membuat mereka tidak mampu bekerja dan beraktivitas. Pada kasus yang parah, seseorang bisa mengalami benjolan benjolan aneh yang timbul di sekujur tubuh. Kemudian benjolan tersebut meletus dan membuat luka yang besar dan sangat sakit. Melihat dampak-dampak yang disebabkan asam urat, terlihat sangat jelas bahwa penyakit ini bukanlah penyakit yang biasa-biasa saja. Penyakit ini bisa digolongkan kedalam jenis penyakit yang berbahaya. Penanganan yang tidak tepat dapat menyebabkan bahaya lebih besar, sehingga dibutuhkan penatalaksanaan farmakologi maupun non farmakologi (Marlinda dan putri, 2019).

Berdasarkan data World Health Organization, pada tahun 2019 prevalensi gout arthritis di dunia sebanyak 34,2%. Gout arthritis sering terjadi di negara maju seperti Amerika. Berdasarkan data, prevalensi arthritis gout di Amerika Serikat adalah 13,6% per 100.000 penduduk. Prevalensi penyakit asam urat di negara berkembang seperti China dan Taiwan terus meningkat setiap tahunnya. Berdasarkan hasil Riskesdas 2019, prevalensi gout berdasarkan diagnosis pada tenaga kesehatan di Indonesia sebesar 11,9% dan prevalensi gout berdasarkan diagnosis atau gejala sebesar 24,7%, dengan prevalensi tertinggi pada usia 75 tahun profilnya tinggi. Prevalensi penyakit asam urat di Indonesia juga semakin mengalami peningkatan. 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%). (Khoirunnisa & Retnaningsih, 2020).

Sebesar 7,2% penduduk Jawa Tengah kini mengidap penyakit sendi, sehingga meningkatkan frekuensi penyakit tersebut. Namun, survei epidemiologi yang bekerjasama dengan WHO yang dilakukan di Jawa Tengah menunjukkan prevalensi gout arthritis sebesar 24,3%. (Kusuma et al., 2023)

Terapi farmakologi pada asam urat terdapat dua kelompok obat yang digunakan dalam pengobatan hiperurisemia yaitu obat dengan mekanisme kerja meningkatkan eliminasi asam urat (urikosurik) dan obat yang mengurangi pembentukan asam urat (urikostatik). Allopurinol merupakan salah satu penatalaksanaan farmakologis yang bekerja dengan menghambat pembentukan asam urat dari prekursornya. Prekursor pembentukan asam urat adalah xantin dan hipoxantin dalam tubuh. Dalam tubuh, metabolisme allopurinol menjadi oksipurinol memiliki efek sebagai inhibitor kerja enzim xantin dan hipoxantin. Dalam katabolisme purin bekerja merupakan produksi asam urat tanpa biosintesis purin. (Wulandari et al., 2023).

Terapi komplementer merupakan salah satu solusi dalam penanganan penyakit asam urat. Pengobatan dengan menggunakan terapi komplementer mempunyai manfaat selain dapat meningkatkan kesehatan secara menyeluruh juga lebih murah, manfaat pengobatan dengan menggunakan terapi komplementer dirasakan oleh pasien dengan penyakit kronik yang mengeluarkan dana. Pengalaman klien yang harus membeli obat dengan harga yang mahal membuat pengeluaran dana untuk membeli obat dapat berkurang setelah menggunakan pengobatan komplementer. Daun salam (*Syzygium Polyanthum* Wight)

bermanfaat untuk peluruh kencing (diuretik) dan anti nyeri (analgesik). Kandungannya sebagai diuretik, daun salam dapat memperbanyak produksi urine sehingga dapat menurunkan kadar asam urat darah (Widiyono, 2020).

Menurut Husnaniyah (2019), secara tradisional daun salam dapat digunakan sebagai obat untuk mengatasi asam urat, stroke, kolesterol tinggi, melancarkan peredaran darah, radang lambung, diare, gatal gatal, kencing manis dan lain-lain. Kandungan yang terdapat pada daun salam mempunyai aktivitas sebagai antioksidan yang berfungsi sebagai peluruh kencing (diuretik) yang mampu memperbanyak produksi urine pada tubuh sehingga dapat menurunkan kadar asam urat dalam darah melalui urine.

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).

Metode pengolahan daun salam yaitu dengan tahap awal Mengidentifikasi jenis tanaman herbal yang akan digunakan. Hal ini bermanfaat untuk mengetahui jenis, khasiat, dan zat aktif yang terkandung dalam tanaman herbal tersebut. tahap kedua yaitu dengan teknik pemetikan dan pengumpulan untuk menjaga kualitas dan kuantitas zat aktif yang terkandung dalam tanaman herbal tersebut. Tahap ketiga dengan penyortiran bahan baku dalam pembuahan herbal untuk membebaskan dari bahan asing dan kotoran, serta memperoleh simplisia yang ukuran, jenis, dan tingkat kematangan yang sesuai. Lalu tahap pencucian simplisia dilakukan dengan air bersih dan mengalir untuk memperoleh simplisia yang bersih dan bebas dari mikroba. Pengeringan dilakukan dengan cara diangin anginkan ditempat yang teduh atau dalam ruangan aliran udaranya baik, dapat juga menggunakan oven dengan pengaturan suhu yang telah disesuaikan. (Nurtanti & Susana, 2022).

Teknik pengolahan daun salam yaitu dengan cara dalam perebusan menggunakan wadah dari bahan yang anti karat, tanah liat, kaca, dan email. Teknik seduh digunakan untuk simplisia yang lunak berupa daun dan bunga. Serbuk digunakan lebih praktis dan bertahan lama, cara menyimpan obat herbal dengan wadah yang tertutup rapat serta kedap suara. Langkah langkah pembuatan ekstraksi daun salam: teknik pengolahan daun salam yaitu dengan infusa/ perebusan. Perebusan menggunakan wadah anti karat, tanah liat, kaca atau email. Pemanasan air mendidih dengan temperatur 96OC - 98OC selama waktu 15-20 menit. Menurut (Anggraini, 2018). Pembuatan ekstraksi daun salam yaitu: bahan yang dibutuhkan : 10 gram daun salam kering atau 30 gram daun salam segar.

## **METODE PENELITIAN**

### **Persiapan dan Koordinasi**

Pada tahap persiapan dan koordinasi pelaksanaan pengabdian kepada Masyarakat, pelaksana melakukan pra survey dan melakukan perizinan kepada narasumber untuk mengambil data dan permasalahan kepada mitra sebagai Langkah awal dalam persiapan dan juga koordinasi kegiatan pengabdian kepada Masyarakat, serta mempersiapkan alat dan bahan yang akan digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada Masyarakat kemudian melakukan kontrak waktu pelaksanaan dengan sasaran terkait.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **A. Hasil**

Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat yang dilaksanakan di Puskesmas Sokaraja 1 dilakukan secara tatap muka atau berinteraksi secara langsung dengan lansia asam urat

di aula Puskesmas Sokaraja 1. Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini dilakukan melalui serangkaian pertemuan yang berlangsung selama 2 kali pertemuan dari tanggal 06 Juni 2024 – 10 Juni 2024. Adapun Gambaran pelaksanaan pengabdian kepada Masyarakat sebagai berikut:

1. Pertemuan Pertama

Pertemuan pertama dilaksanakan pada Kamis, 06 juni 2024 bertempat di Aula Puskesmas Sokaraja 1. Pelaksanaan kegiatan ini mendapat respon yang baik dari lansia. Antusias lansia terbukti dengan kehadiran lansia yang mengikuti kegiatan pengabdian Masyarakat, dari 30 undangan yang dibagikan terdapat 16 peserta yang dapat menghadiri kegiatan tersebut, 14 peserta yang tidak dapat menghadiri kegiatan ini karena ada kepentingan yang lain, sehingga jumlah lansia yang dilibatkan sebagai peserta PkM ini adalah 16 lansia. Tim pelaksana berangkat pukul 08.00 WIB dari Universitas Harapan Bangsa menuju Puskesmas Sokaraja 1 dan tiba di Puskesmas Sokaraja 1 pada pukul 08.10 WIB, kemudian tim mempersiapkan kegiatan pengabdian kepada Masyarakat. Acara dimulai pukul 09.15 WIB diawali dengan pembukaan setelah itu dilanjutkan dengan pelaksanaan pretest. Kegiatan yang sudah berlangsung adalah sebagai berikut:

**Tabel 1 Kegiatan Pertemuan Ke-1**

<b>Hari/Tanggal</b>	<b>Kegiatan</b>	<b>Pengisi/Petugas</b>
<b>Kamis, 06 Juni 2024 Pukul 09.00-09.15 WIB</b>	Registrasi dan Pembukaan	Moderator: Vadylah Ramadani Permana
<b>Kamis, 06 Juni 2024 Pukul 09.20-09.45 WIB</b>	Pelaksanaan pretest tingkat pengetahuan lansia tentang rebusan daun salam	Pemateri: Popy Sucianingsih
<b>Kamis, 06 Juni 2024 Pukul 09.45-10.05 WIB</b>	Penyampaian materi: edukasi pembuatan rebusan daun salam untuk terapi lansia dengan gout arthritis dengan metode ceramah dan pembagian leaflet	Pemateri: Popy Sucianingsih
<b>Kamis, 06 Juni 2024 Pukul 10.05-10.20 WIB</b>	Menonton video cara merebus daun salam untuk terapi asam urat	Pemateri: Popy Sucianingsih
<b>Kamis, 06 Juni 2024 Pukul 10.20-10.30 WIB</b>	Diskusi dan tanya jawab dilanjut dengan penutupan	Moderator: vadylah Ramadani permana

Pengabdian kepada Masyarakat berupa edukasi pembuatan rebusan daun salam untuk terapi lansia dengan gout arthritis dilaksanakan secara terstruktur meliputi kegiatan pretest, edukasi pembuatan rebusan daun salam, dan penayangan video cara pembuatan rebusan daun salam untuk mengobati asam urat dan diskusi serta pembagian leaflet. Edukasi pembuatan rebusan daun salam yang berhasil dapat dilihat dari meningkatnya nilai pengetahuan lansia setelah diberikan edukasi pembuatan rebusan daun salam dan media edukasi. Kegiatan pretest dilakukan pada pertemuan pertama yang bertujuan untuk

mengukur Tingkat pengetahuan dan kecemasan lansia asam urat. Pengukuran pretest berisi 11 butir soal benar dan salah, untuk mengerjakan kuesioner tersebut lansia diberikan waktu selama 10 menit. Hasil dari 16 lansia yang mengikuti pretest pengetahuan didapatkan nilai rata rata 65,90 dengan nilai terendah 54,54 dan nilai tertinggi 81,81. Nilai pretest dengan kategori baik sebanyak 2 orang (12,5%) dan kategori cukup sebanyak 10 orang (62,5%) sedangkan kategori kurang sebanyak 4 orang (25%).

Kegiatan ini dilanjutkan dengan pemberian materi pembuatan rebusan daun salam untuk terapi lansia dengan asam urat mulai dari pengertian asam urat, tanda dan gejala asam urat, penyebab asam urat, komplikasi asam urat, cara mencegah asam urat, makanan yang mengandung purin, manfaat daun salam, dan prosedur pelaksanaan pembuatan rebusan daun salam. Pada pelaksanaan edukasi dilakukan dengan metode ceramah, diskusi, dan demonstrasi dengan media power point, leaflet, dan video pembuatan rebusan daun salam. Setelah materi diberikan dilanjutkan dengan diskusi yang berlangsung selama 10 menit. Pada saat dilakukan diskusi antusias dan kesiapan lansia sangat baik ditandai dengan pernyataan yang disampaikan oleh lansia disesi diskusi yaitu “apakah boleh merebus daun salam dicampur dengan bahan yang lain seperti serih atau jahe?”

## 2. Pertemuan Kedua

**Tabel 2 Kegiatan Pertemuan Kedua**

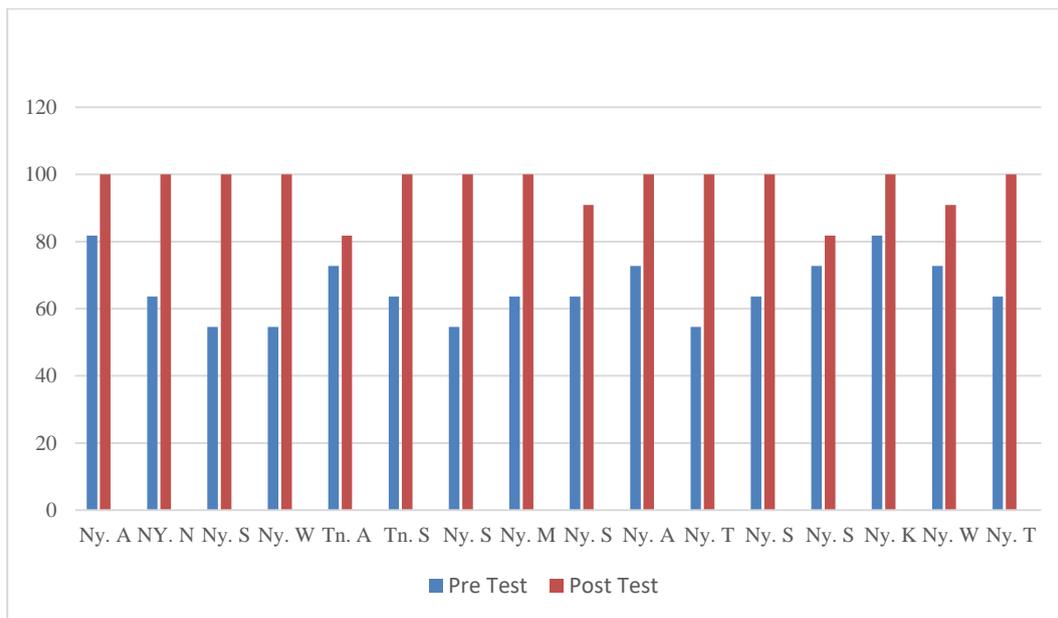
<b>Hari/Tanggal</b>	<b>Kegiatan</b>	<b>Pengisi/Petugas</b>
<b>Senin, 10 Juni 2024 Pukul 09.00-09.20</b>	Registrasi dan pembukaan	Moderator: vadylah Ramadhani permana
<b>Senin, 10 Juni 2024 Pukul 09.00-09.50</b>	Pelaksanaan posttest Tingkat pengetahuan lansia	Pemateri: Popy Suciannghsih
<b>Senin, 10 Juni 2024 Pukul 09.50-10.15</b>	Evaluasi pengetahuan dengan tanya jawab	Pemateri: Popy Suciannghsih
<b>Senin, 10 Juni 2024 Pukul 10.15-10.25</b>	Memberikan apresiasi dan pujian kepada peserta yang berpartisipasi dan mengucapkan terima kasih dan salam pentup	Pemateri: Popy Suciannghsih Moderator: Vadylah Ramadhani permana

Pertemuan kedua dilaksanakan pada 10 Juni 2024 di Aula Puskesmas Sokaraja 1. Jumlah peserta yang menghadiri pertemuan sejumlah 16 lansia, dari 16 informasi yang telah diinfokan di grup WhatsApp. Peserta yang hadir dalam pertemuan kedua sama dengan peserta yang hadir dalam pertemuan pertama. Pada pertemuan hari tersebut dimulai pada pukul 09.20 – 11.20 WIB kegiatan diawali dengan pembukaan dan menjelaskan maksud dan tujuan dari kegiatan pengabdian, dilaksanakan evaluasi jangka pendek terhadap Tingkat pengetahuan lansia hipertensi yaitu melakukan posttest Tingkat pengetahuan lansia. Dimana pelaksanaan posttest ini berjarak 4 hari setelah dilakukan pretest pemberian materi. Tujuan dari pelaksanaan posttest yaitu untuk mengetahui adanya peningkatan nilai pengetahuan setelah diberikan materi dan pemberian media penyuluhan. Pelaksanaan posttest pengetahuan masih menggunakan kuesioner yang sama dengan kuesioner pretest yaitu 11 soal pernyataan benar dan salah. Untuk mengerjakan kuesioner posttest pengetahuan tersebut lansia diberikan waktu selama 15 menit.

Hasil pelaksanaan post test dari 16 lansia didapatkan nilai rata rata 96,58. Hasil nilai pre test dan posttest pengetahuan dapat diuraikan dalam table Berikut ini:

**Tabel 3 Hasil Nilai Pretest dan Posttest pada Lansia**

NO	Nama Responden	Pre Test	Kategori	Post Test	Kategori	Usia
1	Ny. A	81,81	Baik	100	Baik	65
2	Ny. N	63,63	Cukup	100	Baik	63
3	Ny. S	54,54	Kurang	100	Baik	64
4	Ny. W	54,54	Kurang	100	Baik	80
5	Tn. A	72,72	Cukup	81,81	Baik	62
6	Tn. S	63,65	Cukup	100	Baik	62
7	Ny. S	54,54	Kurang	100	Baik	68
8	Ny. M	63,63	Cukup	100	Baik	61
9	Ny. S	63,63	Cukup	90,90	Baik	82
10	Ny. A	72,72	Cukup	100	Baik	56
11	Ny. T	54,54	Kurang	100	Baik	74
12	Ny. S	63,63	Cukup	100	Baik	59
13	Ny. S	72,72	Cukup	81,81	Baik	65
14	Ny. K	81,81	Baik	100	Baik	60
15	Ny. W	72,72	Cukup	90,90	Baik	60
16	Ny. T	63,63	Cukup	100	Baik	81
<b>Nilai Rata-Rata</b>		<b>65,90</b>			<b>96,58</b>	
<b>Nilai Tertinggi</b>		<b>81,81</b>			<b>100</b>	
<b>Nilai Terendah</b>		<b>54,54</b>			<b>81,81</b>	



**Gambar 4 Kenaikan Tingkat Pengetahuan pada Lansia**

3. Gambaran karakteristik lansia dengan asam urat di puskesmas sokaraja 1

Para lansia yang mengikuti kegiatan penyuluhan mengaku masih sering mengkonsumsi beberapa makanan yang tinggi purin seperti jeroan, daging sapi, makanan laut, daun singkong, bayam, dan daun melinjo. Para lansia sering mengkonsumsi makanan tersebut dikarenakan mudah untuk didapatkan dan rasanya lezat. Lansia juga jarang melakukan aktifitas fisik seperti berolahraga dikarenakan badannya sering merasa pegal. Para lansia mengaku hanya melakukan aktivitas rumahan seperti memasak atau sesekali membersihkan rumah, waktu yang sering dihabiskan dalam kegiatan sehari hari banyak digunakan untuk beristirahat. Hal inilah

yang menjadi factor mudahnya keluhan asam urat yang dialami lansia di Puskesmas Sokaraja 1 sering muncul. Selain itu hampir semua lansia yang berjenis kelamin laki laki yang mengikuti kegiatan penyuluhan mengaku masih merokok sesekali. Kondisi ini tentunya dapat memperparah keluhan yang dialami.

## **B. Pembahasan**

1. Mengidentifikasi karakteristik lansia dengan asam urat di puskesmas (usia, Pendidikan, gaya hidup, dan aktivitas fisik) di Desa Sokaraja Wetan Kecamatan Sokaraja Kabupaten Banyumas.

Berdasarkan tabel hasil identifikasi karakteristik lansia puskesmas dengan total 16 orang pada kegiatan PkM, didapatkan lansia yang teridentifikasi dalam pengisian lembar kuesioner pretest pertemuan pertama dengan hasil identifikasi karakteristik usia lansia puskesmas yaitu sebanyak 16 lansia yang hadir antara usia 56-82 tahun dengan identifikasi usia lansia dari paling muda 57 tahun dan paling tua 82 tahun, lansia dengan rentang usia pertengahan (middle age) 45-59 tahun sebanyak 2 orang (12,5%), lansia dengan rentang lansia lanjut usia (elderly) 60-74 tahun sebanyak 11 orang (68,75%), lansia dengan lanjut usia tua (old) 75-90 tahun sebanyak 3 orang (18,75%). Pada pertemuan kedua tahap posttest didapatkan hasil identifikasi usia lansia berdasarkan pengisian lembar kuesioner posttest yang dihadiri 16 lansia yang sama pada pertemuan pertama.

Tingkat Pendidikan lansia yang terevaluasi pada tahap pretest dan posttest sebanyak 16 orang dengan Tingkat Pendidikan 16 lansia yaitu SD sebanyak 12 orang (75%) SMP sebanyak 4 orang (25%). Melalui Pendidikan, keterampilan profesional dan pengetahuan spesifik yang masih relevan dengan pengetahuan umum dapat ditingkatkan. Pendidikan dapat membentuk disposisi, perilaku dan kepribadian. Bersekolah menjadikan pribadi lebih mandiri, lebih memotivasi diri, percaya diri, dan dapat menciptakan modal sosial. Bersekolah dapat menyebabkan individu terpapar dengan lingkungan yang semakin kompleks dan mengarah peningkatan kognitif. Modal manusia yang diperoleh dari sekolah dapat meningkatkan kontrol dan dapat dirasakan dalam kehidupan. Kurangnya pengetahuan dan akses informasi membuat seseorang memiliki keterbatasan dalam mengakses pengetahuan tentang bahaya perilaku tidak sehat yang berdampak pada kurangnya motivasi untuk mengadopsi perilaku sehat. (Ramadhana & Meitasari, 2023)

Lansia dengan Tingkat pendidikan yang lebih rendah menunjukkan Tingkat pengetahuan yang kurang. tingkat pendidikan dan tingkat pengetahuan sangat berpengaruh terhadap kehidupan masyarakat seperti hal perilaku hidup sehat dalam menjaga kualitas lingkungan rumahnya. Jika masyarakat memiliki tingkat pendidikan serta tingkat pengetahuan tentang pentingnya menjaga kesehatan maka, masyarakat pun akan memiliki sifat peduli terhadap perilaku untuk hidup sehat. (Ariga, 2022).

Berdasarkan data Tingkat Pendidikan lansia puskesmas Sokaraja 1 yang tertinggi didapatkan yaitu SMP. Maka dari itu Pendidikan sangat diperlukan untuk mendapatkan informasi yang menunjang Kesehatan, sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup.

Aktivitas fisik dapat dilakukan bukan hanya dengan berolahraga, bekerja atau melakukan pekerjaan rumah juga termasuk aktivitas fisik. Berolahraga atau bergerak merupakan salah satu cara untuk menghindari risiko penyakit tidak menular seperti asam urat. Saat tubuh bergerak, sel-sel otot dalam tubuh akan mengalami peregangan sehingga tubuh terasa lentur dan terhindar dari rasa kaku. Para lansia yang sudah terbiasa olahraga tidak akan mengalami sakit pada otot dan sendinya dibanding lansia yang tidak pernah berolahraga. Jika jarang dan tidak pernah mengonsumsi asupan

tinggi purin, maka kadar asam urat akan cenderung normal. Lansia yang jarang dan tidak pernah mengonsumsi pangan tinggi purin namun mengalami hiperurisemia dapat disebabkan oleh gaya hidup seperti kurang berolahraga, gangguan pada organ ginjal atau mempunyai riwayat keluarga asam urat. Semua bahan pangan mengandung purin dalam kandungan yang berbeda. Tidak mengonsumsi makanan tinggi purin adalah pilihan yang dapat dilakukan penderita asam urat agar gejala tidak semakin parah. (Septianingrum & Mukhlis Fikri, 2024)

Sesuai dengan teori di atas banyak lansia yang mengeluhkan gejala penyakit asam urat dapat disebabkan oleh kebiasaan makan makanan yang mengandung tinggi purin seperti jeroan ayam maupun hewan ternak yang lain, makanan laut, makanan olahan instan seperti sarden, bayam, dan daun singkong. Selain itu ada berbagai faktor yang lain penyebab timbulnya gejala penyakit asam urat seperti kurangnya aktivitas fisik yang dilakukan lansia, kebiasaan merokok, serta faktor genetik. Oleh karena itu penting dilakukan edukasi untuk lansia agar lansia dapat menghindari berbagai resiko terkena asam urat.

## 2. Mengidentifikasi Tingkat pengetahuan lansia sebelum dilakukan PkM di Puskesmas Sokaraja 1 Kecamatan Sokaraja Kabupaten Banyumas

Pelaksanaan PkM ini mendapatkan respon yang baik dari lansia Desa Sokaraja Wetan. Antusias lansia terlihat dari kehadiran lansia yang mengikuti kegiatan pengabdian kepada Masyarakat, dari 30 undangan yang disebarluaskan ada 16 peserta yang menghadiri kegiatan tersebut. 14 orang peserta yang tidak dapat menghadiri kegiatan ini dikarenakan ada kepentingan yang lain.

Rangkaian pelaksanaan kegiatan PkM pada pertemuan pertama kegiatan diawali dengan pengisian daftar hadir peserta dan pembagian snack dilanjutkan dengan pembukaan acara dan menyampaikan maksud dan tujuan diadakannya PkM serta penyuluh memperkenalkan diri kepada seluruh peserta, acara pertama yaitu pengukuran Tingkat pengetahuan lansia sebelum dilakukannya edukasi, selanjutnya tim membagikan lembar kuesioner pretest untuk mengetahui Tingkat pengetahuan sebelum dilakukan edukasi. Lembar kuesioner ini terdiri dari 10 soal dengan pernyataan benar salah. Peserta diberikan waktu 15 menit untuk mengisi lembar kuesioner.

Hasil nilai pretest pengetahuan didapatkan nilai rata-rata Hasil dari 16 lansia yang mengikuti pretest pengetahuan didapatkan nilai rata-rata 65,90 dengan nilai terendah 54,54 dan nilai tertinggi 81,81. Nilai pretest dengan kategori baik sebanyak 2 orang (12,5%) dan kategori cukup sebanyak 10 orang (62,5%) sedangkan kategori kurang sebanyak 4 orang (25%).

Pengetahuan merupakan hasil tahu yang terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Hasil penelitian membuktikan bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada yang tidak didasari pengetahuan. (Fitriyaningsih et al., 2021)

Berdasarkan dari hasil nilai pretest yang dilakukan sebelum edukasi, masih banyak lansia yang belum mengetahui tentang asam urat dan bagaimana penanganan secara nonfarmakologis yang dapat diterapkan apabila muncul keluhan mengenai penyakit asam urat. Mayoritas lansia menjawab soal dengan kurang tepat dan asal menjawab karena tidak tahu. Hasil nilai rata-rata menunjukkan Tingkat pengetahuan lansia sebelum dilakukan edukasi masih tergolong kurang.

## 3. Memberikan edukasi tentang pembuatan rebusan daun salam sebagai terapi nonfarmakologis bagi lansia penderita asam urat di Puskesmas Sokaraja 1 Kecamatan Sokaraja Kabupaten Banyumas.

Pengabdian kepada Masyarakat berupa Pendidikan Kesehatan tentang pembuatan rebusan daun salam sebagai terapi nonfarmakologis bagi lansia penderita asam urat di Puskesmas Sokaraja 1 Kecamatan Sokaraja Kabupaten Banyumas, dilaksanakan secara terstruktur sesuai dengan rangkaian pelaksanaan PkM. Penyampaian materi Pendidikan Kesehatan meliputi materi pengertian asam urat, tanda dan gejala asam urat, penyebab asam urat, komplikasi asam urat, cara mencegah asam urat, makanan yang mengandung purin, makanan yang baik untuk penderita asam urat, konsep terapi nonfarmakologis dengan rebusan daun salam, manfaat daun salam, dan prosedur pelaksanaan pembuatan rebusan daun salam.

Pemberian Pendidikan Kesehatan ini menggunakan metode ceramah, diskusi, dan demonstrasi dengan media leaflet, ppt, dan pemutaran video. metode ini dipilih karena metode ini dianggap sebagai metode yang efektif dan mudah dipahami oleh para peserta pendidikan Kesehatan, penyampaian materi dilaksanakan selama 30 menit dan pengisian kuesioner selama 15 menit.

Melalui edukasi dapat menjembatani kesenjangan antara pengetahuan, sikap dan tingkah laku kesehatan dan pendidikan kesehatan memotivasi seseorang untuk menerima informasi kesehatan serta berbuat sesuai dengan informasi tersebut agar mereka menjadi lebih tahu dan bersikap lebih positif. Edukasi dilaksanakan dapat mengembangkan pesan maupun memilih media yang lebih tepat sehingga informasi yang diterima dapat dimengerti. Melalui edukasi tidak hanya merubah seseorang menjadi tahu dari tidak tahu tetapi lebih pada merubah suatu prinsip yang sebelumnya tidak diketahui benar atau salah. Sehingga memberikan keyakinan lebih kekal pengetahuannya. Sikap seseorang tidak dapat berubah begitu saja tanpa ada proses yang mendasarinya. Melalui edukasi akan terjadi proses perubahan cara berfikir seseorang karena terjadi dialog atau diskusi terbuka untuk mengeluarkan pendapatnya masing masing. Sikap merupakan perbuatan yang didasari oleh keyakinan berdasarkan norma-norma yang ada di masyarakat dan biasanya norma agama. Namun demikian perbuatan yang akan dilakukan manusia biasanya tergantung pada apa permasalahannya serta benar benar berdasarkan keyakinan atau kepercayaannya masing-masing. (Komalasari et al., 2020)

Melalui edukasi yang dilakukan, lansia tampak antusias dan mudah memahami materi yang sedang disampaikan, dengan metode edukasi yang tepat lansia dapat langsung menangkap apa yang sedang dipelajari dan menanyakan pertanyaan pertanyaan terkait materi yang ada. Lansia juga menyampaikan akan menerapkan metode yang telah diajarkan di rumah masing masing karena bahannya yang mudah didapatkan dan metode yang mudah untuk diterapkan secara mandiri.

#### 4. Mengidentifikasi Tingkat pengetahuan lansia setelah dilakkan PkM di Puskesmas Sokaraja 1 Kecamatan Sokaraja Kabupaten Banyumas

Berdasarkan kegiatan PkM pada pertemuan kedua yang dilaksanakan pada tanggal 10 Juni 2024 bertempat di Puskesmas Sokaraja 1. Jumlah peserta yang hadir dalam pertemuan kedua yaitu sebanyak 16 lansia. Pada pertemuan tersebut dimulai pada pukul 09.20-11.10 WIB. Kegiatan diawali dengan pengisian daftar hadir, pembukaan acara dan menjelaskan maksud tujuan dari kegiatan PkM pada pertemuan kedua. Pada pertemuan kedua yaitu pelaksana mengulang Kembali inti materi yang telah disampaikan pada pertemuan sebelumnya dan memberi pertanyaan kepada para lansia sebagai bentuk evaluasi mengenai Tingkat pengetahuan yang dimiliki para lansia.

Evaluasi Tingkat pengetahuan pada pertemuan kedua yaitu dengan melakukan posttest dengan soal yang sama seperti yang diberikan pada pretest. Tujuan dari pelaksanaan posttest yaitu untuk mengetahui adanya peningkatan pemahaman lansia

setelah diberikan edukasi. Jumlah soal pada kuesioner yaitu berjumlah 11 soal dengan pernyataan benar atau salah. Waktu pengerjaan yaitu 15 menit. Berdasarkan table hasil nilai posttest pengetahuan dari 16 lansia yang hadir didapatkan nilai rata rata 96,58 dengan nilai tertinggi 100 dan nilai terendah 81,81 nilai posttest dengan kategori baik sebanyak 16 orang (100%). Mayoritas hasil pengetahuan lansia didapatkan baik.

Peningkatan pengetahuan lansia sebagai responden dalam penyuluhan ini meningkat disebabkan karena penerimaan materi yang diberikan oleh responden sangat baik. 11 pernyataan pengetahuan dengan pilihan benar atau salah yang dievaluasi pada 16 lansia dengan nilai rata rata mengalami peningkatan.

Pada penelitian ini pengetahuan lansia dapat diperoleh melalui indera penglihatan dan pendengaran, yaitu dengan penyuluhan menggunakan media leaflet dan PPT serta penayangan video. Selain media PPT, media leaflet dan video juga efektif sebagai media penyuluhan karena lebih membantu menstimulasi indera penglihatan dan pendengaran. Selain itu, aspek visual pada gambar leaflet juga lebih memudahkan dalam menerima informasi atau materi Pendidikan. Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap suatu objek melalui panca indera yang dimilikinya. Pengindraan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Menurut Dale, penangkapan pengetahuan yang diberikan melalui indera penglihatan ialah 75% - 87%, melalui indera pendengaran ialah 13%, dan 12% dari indera yang lain. Semakin banyak indera yang dilibatkan dalam penangkapan pesan maka semakin mudah pesan dapat diterima oleh sasaran Pendidikan. (Fitria & Sudiarti, 2021)

Hasil nilai posttest yang telah dilakukan menunjukkan keefektifan dari kegiatan penyuluhan ini, mayoritas lansia telah menjawab pertanyaan tentang materi yang telah disampaikan dengan benar. Hal ini ditunjukkan dengan semua hasil posttest menunjukkan nilai lansia pada kategori baik sebanyak 16 orang dan adanya peningkatan nilai kuesioner sebanyak 87,5% dengan rata rata nilai mengalami kenaikan sebesar 30,68 nilai.

## **KESIMPULAN**

Dari kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang telah dilaksanakan terlihat adanya peningkatan pengetahuan dari nilai rata-rata 65,90 meningkat menjadi 96,58 hasil pengukuran minat lansia untuk menyampaikan informasi Kembali didapatkan dari 16 peserta (100%) menjawab dari dalam kategori sangat minat untuk mencoba terapi rebusan daun salam sebagai terapi nonfarmakologis pada lansia dengan asam urat yang akan diterapkan dalam kehidupan sehari hari.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Ariga, S. (2022). Hubungan Antara Tingkat Pendidikan dan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Hidup Sehat , Berkualitas di Lingkungan Rumah The Relationship Between Education Level and Knowledge Level with Healthy , Quality Life Behavior in the Home Environment. *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial, Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(3), 723–730.
- Fitria, F., & Sudiarti, T. (2021). Pengaruh Penyuluhan terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi dan Kesehatan pada Ibu Balita di Mampang, Depok. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 2(1), 9. <https://doi.org/10.52742/jgkp.v2i1.10329>
- Fitriyaningsih, E., Affan, I., Andriani, A., & Iskandar, I. (2021). Peningkatan pengetahuan lansia dengan edukasi gizi penyakit hipertensi. *Jurnal PADE: Pengabdian & Edukasi*, 3(2), 47. <https://doi.org/10.30867/pade.v1i2.705>
- Komalasari, T., Permatasari, T. A. E., & Supriyatna, N. (2020). Pengaruh Edukasi Dengan Metode

- Peer Group Terhadap Perubahan Pengetahuan, Sikap dan Tekanan Darah Pada Lansia Di UPTD Puskesmas Sukahaji Kabupaten Majalengka. *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(5), 184. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v5i5.1114>
- Ramadhana, B., & Meitasari, I. (2023). Kajian Tingkat Pendidikan Terhadap Kualitas Hidup Masyarakat. *Jurnal Penelitian Pendidikan Geografi*, 8(2), 38–45. <https://doi.org/10.36709/jppg.v8i2.1>
- Septianingrum, D., & Mukhlas Fikri, A. (2024). Hubungan Frekuensi Pangan Tinggi Purin, Aktivitas Fisik Dan Status Gizi Dengan Kadar Asam Urat Pada Pra Lansia Di Cikarang Barat. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(8), 347–358. <https://doi.org/10.5281/zenodo.11095993>
- Adriani, S. W., Firdausi, M., Wahyudi, D. E., Anggraeni, F. D., Sutrisno, G. T., Jannah, Z., & Nuryasin, M. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dan Konsumsi Air Asam Urat. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 4(2), 41–49.
- Akbar, F., Nur, H., Humaerah, U. I., Keperawatan, A., Wonomulyo, Y., & Gatot Subroto, J. (2020). Karakteristik Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Desa Buku (Characteristics of Hypertension in the Elderly). *Jwk*, 5(2), 2548–4702.
- Anggun, P., Nafisha, F., Fatimah, S., & Wijaya, S. (2023). Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Ny. N Dengan Gangguan Sistem Muskuloskeletal : Gout Arthritis Di Desa Kutayu RT 01 RW 02 Kecamatan Tonjong Kabupaten Brebes. 1(4).
- Azizah, F. A., & Nurhidayati, T. (2023). Penurunan Intensitas Nyeri Sendi Pasien Lansia Dengan Gout Arthritis Menggunakan Kompres Jahe. 4(2).
- Dadok, P., & Hitam, T. (2019). *Jurnal Abdimas Sainatika Jurnal Abdimas Sainatika*. 130–137.
- Dinas Kesehatan. (2022). *Profil Kesehatan Kabupaten Banyumas*.
- Hanafi, M. I., Wulandari, T. S., Keperawatan, A., Temanggung, A., Tengah, J., Akut, N., & Seledri, R. D. (n.d.). *Jurnal Ilmiah Keperawatan dan Kesehatan Alkautsar ( JIKKA ) e - ISSN : 2963 - 9042 online : <https://jurnal.akperalkautsar.ac.id/index.php/JIKKA> EFEKTIVITAS PEMBERIAN AIR REBUSAN SELEDRI*.
- Irdiansyah, I., Saranani, M., & Putri, L. A. R. (2022). Pengaruh Senam Ergonomik terhadap Penurunan Kadar Asam Urat pada Penderita Gout Arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Bone Rombo Kabupaten Buton Utara. *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, 02(2), 1–7.
- Jamal, F., Andika, T. D., & Adhiany, E. (2022). Penilaian dan Modalitas Tatalaksana Nyeri. *Ked. N. Med*, 5(3), 66–73.
- Khoirunnisa, V. A., & Retnaningsih, D. (2020). Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis Di Desa Sempu Kec. Limpung Kab. Batang Vega. *Jurnal Ners Widya Husada*, 32, 1–10.
- Kusuma, U., Surakarta, H., Di, L., Lansia, P., & Growong, D. (2023). 1) 1) , 2) , 3). 1–11.
- Manafe, L. A., & Berhimpion, I. (2022). Hubungan Tingkat Depresi Lansia Dengan Interaksi Sosial Lansia di BPSLUT Senja Cerah Manado. *Jurnal Ilmiah Hospitality* 749, 11(1), 749–758.
- Nurtanti, & Susana. (2022). Efektivitas Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan GSH*, 11(2), 38.
- Patyawargana, P. P., & Falah, M. (2021). Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia: Literature Review. *Healthcare Nursing Journal*, 3(1), 47–51. <https://doi.org/10.35568/healthcare.v3i1.1097>
- Ririn Fitriani, Lira Mufti Azzahri, M.Nurman, M. N. S. H. (2021). Hubungan Pola Makan dengan Kadar Asam Urat (Gout Arthritis) pada Usia Dewasa 35-49 Tahun. *Jurnal Ners*, 5(1), 20–27. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/1674>
- Royani, E., & Siska, F. (2023). Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 13(26), 42–49. <https://doi.org/10.52047/jkp.v13i26.251>
- Sueni, Haniarti, & Ayu Dwi Putri Rusman. (2021). Analisis Penyebab Faktor Resiko Terhadap Peningkatan Penderita Gout(Asam Urat) Di Wilayah Kerja Puskesmas Suppa Kecamatan Suppa Kabupaten Pinrang. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 4(1), 1–9. <https://doi.org/10.31850/makes.v4i1.315>

- Wahyuni, S. R. (2022). Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kemantan. 217–224.
- Wati, N. K., Kesumadewi, T., Inayati, A., Dharma, A. K., & Metro, W. (2022). Penerapan Guided Imagery (Imajinasi Terbimbing) Terhadap Skala Nyeri Pasien Thalasemia Dan Dispepsia Di Rsud Jend. Ahmad Yani Kota Metro Implementation of Guided Imagery on Pain Scale of Thalasemia and Dyspepsia Patients in Rsud Jend. Ahmad Yani Metro Cit. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(3), 375–382.
- Wulandari, S., Lasanuddin, H. V., Biahimo, N. U. I., & Sudirman, A. N. (2023). Pemberian rebusan daun salam pada lansia dengan asam urat di griya lansia jannati kota gorontalo. *Jurnal Ventilator: Jurnal Riset Ilmu Kesehatan Dan Keperawatan*, 1(2), 65–82.
- Ariga, S. (2022). Hubungan Antara Tingkat Pendidikan dan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Hidup Sehat , Berkualitas di Lingkungan Rumah The Relationship Between Education Level and Knowledge Level with Healthy , Quality Life Behavior in the Home Environment. *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial, Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(3), 723–730.
- Fitria, F., & Sudiarti, T. (2021). Pengaruh Penyuluhan terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi dan Kesehatan pada Ibu Balita di Mampang, Depok. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 2(1), 9. <https://doi.org/10.52742/jgkp.v2i1.10329>
- Fitriyaningsih, E., Affan, I., Andriani, A., & Iskandar, I. (2021). Peningkatan pengetahuan lansia dengan edukasi gizi penyakit hipertensi. *Jurnal PADE: Pengabdian & Edukasi*, 3(2), 47. <https://doi.org/10.30867/pade.v1i2.705>
- Komalasari, T., Permatasari, T. A. E., & Supriyatna, N. (2020). Pengaruh Edukasi Dengan Metode Peer Group Terhadap Perubahan Pengetahuan, Sikap dan Tekanan Darah Pada Lansia Di UPTD Puskesmas Sukahaji Kabupaten Majalengka. *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(5), 184. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v5i5.1114>
- Ramadhana, B., & Meitasari, I. (2023). Kajian Tingkat Pendidikan Terhadap Kualitas Hidup Masyarakat. *Jurnal Penelitian Pendidikan Geografi*, 8(2), 38–45. <https://doi.org/10.36709/jppg.v8i2.1>
- Septianingrum, D., & Mukhlas Fikri, A. (2024). Hubungan Frekuensi Pangan Tinggi Purin, Aktivitas Fisik Dan Status Gizi Dengan Kadar Asam Urat Pada Pra Lansia Di Cikarang Barat. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(8), 347–358. <https://doi.org/10.5281/zenodo.11095993>