



PEMBERDAYAAN KADER MELALUI "PRODUKSI SEMUR" (PROGRAM EDUKASI ASAM URAT) DALAM MENINGKATKAN SELF MANAGEMENT DAN KUALITAS HIDUP PENDERITA GOUTH ARTHRITIS

Arlies Zenitha Victoria*, Suksi Riani, Novita Dwi Dahlianti

STIKES Telogorejo Semarang, Jl Arteri Yos Sudarso/Jl. Puri Anjasmoro Semarang, Jawa Tengah
50144, Indonesia

*arlies@stikestelogorejo.ac.id

ABSTRAK

Penyakit asam urat (gout arthritis) adalah keadaan meningkatnya kadar asam urat dalam darah lebih dari 7,5 mg/dl. *World Health Organization* (WHO) memperkirakan pada 840 dari 100.000 orang mengalami radang sendi akibat asam urat. Jumlah penderita asam urat meningkat utamanya di negara berkembang, salah satunya di Indonesia. Gout arthritis dapat menyebabkan penderita mengalami rasa nyeri yang hebat dan keterbatasan aktivitas fisik, sehingga dapat berdampak pada kualitas hidup penderita. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan *self management* dan kualitas hidup penderita asam urat melalui pemberdayaan kader melalui "Produksi Semur. "Produksi Semur" (Program Edukasi Asam Urat) merupakan satu paket edukasi yang diberikan kepada penderita asam urat melalui kader sebagai fasilitator kesehatan di masyarakat. Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 30 orang kader dan 32 penderita asam urat di Wilayah RW 1, 4, 5 dan 6 Kelurahan Tawang Mas, Kota Semarang. Kegiatan ini dilaksanakan melalui sosialisasi dan pelatihan kader mengenai "Produksi Semur". Selanjutnya kader akan memberikan edukasi kepada warga yang menderita asam urat. Tingkat *self management* dan kualitas hidup penderita asam urat diukur sebelum (*pre test*) dan setelah (*post test*) diberikan edukasi "Produksi Semur" oleh kader. Hasil pelaksanaan kegiatan abdimas didapatkan peningkatan *self management* pada kategori baik (dari 46,87% menjadi 68,75%), serta kualitas hidup pada kategori baik (dari 47,75% menjadi 78,13%). Kegiatan ini akan dilanjutkan oleh kader sebagai upaya pengendalian penyakit asam urat di wilayah mitra.

Kata kunci: asam urat; kualitas hidup; pemberdayaan kader; self management

COMMUNITY HEALTH CADRES EMPOWERMENT THROUGH PRODUKSI SEMUR (PROGRAM EDUKASI ASAM URAT) ON IMPROVING SELF MANAGEMENT AND QUALITY OF LIFE FOR GOUTH ARTHRITIS SURVIVOR

ABSTRACT

Gout arthritis occurs when blood uric acid levels exceed 7.5 mg/dl. The World Health Organisation (WHO) estimates that 840 persons out of 100,000 have uric acid arthritis. The number of persons suffering from uric acid is rising, mostly in developing nations such as Indonesia. Gout arthritis can cause extreme discomfort and a patient's inability to engage in physical activities, lowering the patient's quality of life. This project aimed to improve self management and quality of life for gouth arthritis survivor thoroughcommunity health cadres empowerment on "Produksi Semur". "Produksi Semur" is an educational programme provided to gouth arthritis survivor as a part of by community health facilitator. This community service was followed by 30 cadres and 32 gouth ahtritis survivor in Semarang City's RW 1, 4, 5, and 6 Kelurahan Tawang Mas. This activity is carried out through "Produksi Semur" socialisation and training of cadres. Following that, the cadres will educate

citizens suffering from gouth athritis. The cadres examined the level of self-management and quality of life of gastrointestinal acid sufferers before (pre-test) and after (post-test) education "Produksi Semur." Implementing health community service activities enhanced self-management in the excellent category (from 46,87% to 68,75%) and living quality in the good category (47,75% to 78,13%).

Keywords: *community health cadars empowerment; gout athrithis; self management; quality of life*

PENDAHULUAN

Penyakit asam urat (*gout arthritis*) adalah keadaan meningkatnya kadar asam urat dalam darah ($>7,5$ mg/dl). Kondisi tersebut merupakan akibat dari gangguan metabolisme purin. *World Health Organization* (WHO) memperkirakan pada 840 dari 100.000 orang mengalami radang sendi akibat asam urat. Jumlah penderita asam urat di Indonesia mengalami peningkatan (Febriyanti et al., 2020). Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 melaporkan bahwa prevalensi asam urat sekitar 11,9%. Di Provinsi Jawa Tengah sendiri prevalensi penyakit asam urat mencapai 2,6 – 47,2%. Gout arthritis dapat menyebabkan penderita mengalami rasa nyeri yang hebat dan keterbatasan aktivitas fisik, sehingga dapat berdampak pada kualitas hidup penderita (Slamiyati & Asnidari, 2020). Jika kasus gout arthritis tidak diperhatikan, dikhawatirkan nantinya kualitas hidup pasien dengan gout arthritis semakin menurun. Penurunan kualitas hidup pasien dengan gout arthritis dapat berdampak bagi beberapa aspek. Diantaranya yaitu kesehatan fisik, psikologis dan hubungan sosial. Maka untuk mengatasi hal tersebut diperlukan adanya *self care management* atau perawatan diri yang baik pada pasien dengan gout arthritis.

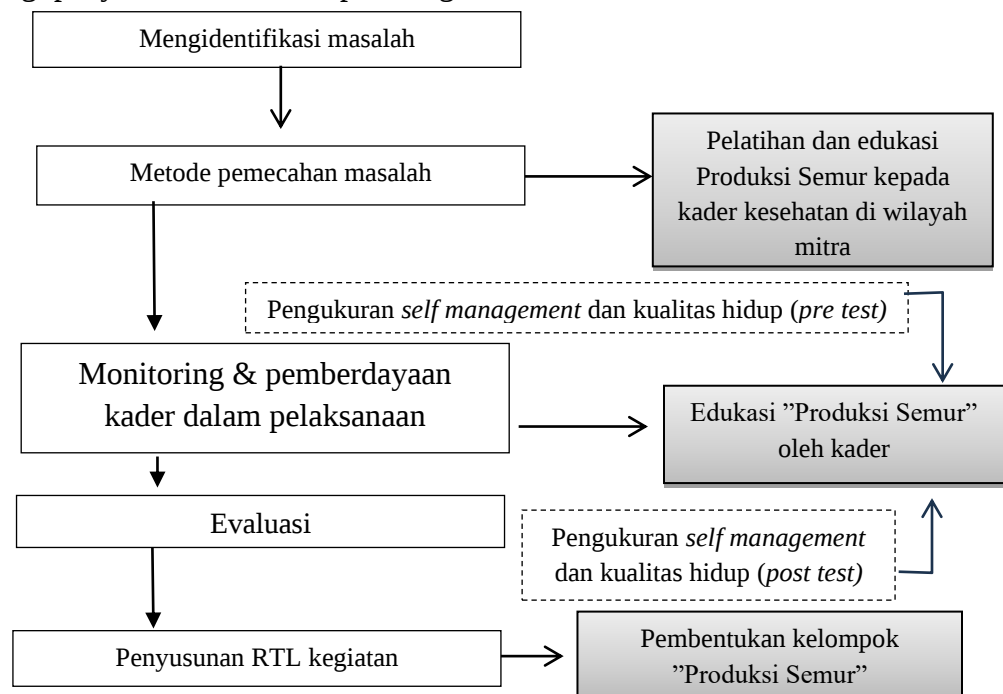
Wilayah kelurahan Tawang Mas memiliki penduduk yang sangat banyak, dengan banyaknya pula permasalahan kesehatan yang terjadi pada penduduknya. Masalah kesehatan yang terjadi antara lain diakibatkan karena masalah lingkungan, keengganan masyarakat untuk mencari tahu informasi tentang kesehatan, dan dukungan dari support system untuk meningkatkan status kesehatannya. Kader kesehatan berperan sebagai pelaku penggerak pembangunan dalam mewujudkan kesehatan. Kegiatan intervensi melalui peningkatan pengetahuan bagi kader merupakan salah satu bentuk upaya untuk meningkatkan kualitas kader dalam mengedukasi masyarakat penderita gout atrithis (Mediani et al., 2020). Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini akan dilakukan dengan cara peningkatan pengetahuan kader melalui edukasi dan pelatihan "Produksi Semur" yang diharapkan dapat menjadi awal optimalisasi peran edukasi oleh kader.

Pengendalian asam urat dapat dilakukan dengan cara penyuluhan atau edukasi (Sari et al., 2022). "Produksi Semur" (Program Edukasi Asam Urat) merupakan satu paket edukasi yang diberikan kepada penderita asam urat melalui kader. Adapun program edukasi yang termasuk dalam Produksi Semur antara lain edukasi tentang penyakit gout atrithis (pengertian, penyebab, tanda gejala), pencegahan gout atrithis, pengobatan gout atrithis, diet pada penderita gout atrithis, dan senam ergonomik bagi penderita gout atrithis. STIKES Telogorejo Semarang sebagai salah satu institusi pendidikan kesehatan yang memiliki visi untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat. Kegiatan abdimas ini bertujuan untuk meningkatkan *self management* dan kualitas hidup penderita asam urat di

Kelurahan Tawang Mas Kota Semarang melalui pemberdayaan kader dalam "Produksi Semur"

METODE

Tim abdimas bersama mitra bekerja sama menyusun metode pendekatan dalam menyelesaikan prioritas masalah yang telah disepakati. Secara keseluruhan permasalahan yang terjadi pada mitra bersumber dari kurang optimalnya peran edukasi oleh kader yang berakibat pada menurunnya self management dan kualitas hidup penderita asam urat. Kegiatan ini diikuti oleh 30 kader kesehatan dan tim FKK, serta 32 penderita asam urat yang berada di Wilayah Kelurahan Tawang Mas Kota Semarang. Skema 1 berikut menjabarkan strategi penyelesaian masalah pada kegiatan abdimas ini



Skema 1. Metode Pemecahan Masalah

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan abdimas "Produksi Semur" ini diawali dengan kegiatan studi pendahuluan dengan cara wawancara bersama Kepala Kelurahan Tawang Mas dan koordinator Forum Kesehatan Kelurahan (FKK) pada tanggal 6 Maret 2023. Dari hasil studi pendahuluan, disampaikan bahwa sebagian besar warga Kelurahan Tawang Mas adalah warga kelompok usia dewasa yang memiliki masalah kesehatan seperti *gout arthritis*. Kegiatan dilanjutkan dengan pelaksanaan pelatihan kader tentang "Produksi Semur" dilaksanakan pada hari Jumat, 14 April 2023 pukul 14.00 di Aula Kantor Kelurahan Tawang Mas. Pelatihan ini dihadiri oleh Kepala Kelurahan Tawang Mas, Tim Forum Kesehatan Kelurahan (FKK) dan 30 orang kader. Pada pelatihan ini, kader diedukasi tentang penanganan asam urat dan program "Produksi Semur". Pada akhir kegiatan pelatihan, tim abdimas dan kader

menjadwalkan kegiatan edukasi "Produksi Semur" dari kader ke masyarakat penderita asam urat.



Gambar 1. Pelaksanaan Pelatihan Kader "Produksi Semur"

Kegiatan penyuluhan "Produksi Semur" oleh kader dilaksanakan sesuai jadwal pertemuan RW pada wilayah masing – masing. Dikarenakan kader RW semua berjenis kelamin perempuan, maka penyuluhan dilaksanakan pada saat pertemuan davis pada masing – masing RW. Sebelum diberikan penyuluhan, warga yang menderita asam urat diberikan kuesioner self management dan kualitas hidup terlebih dahulu (*pre test*). Selanjutnya kader memberikan edukasi dengan menggunakan buku saku kader "Produksi Semur". Tim abdimas mendampingi kegiatan penyuluhan tersebut sebagai fasilitator.



Gambar 2. Edukasi "Produksi Semur" oleh kader

Evaluasi pelaksanaan program PKM "Produksi Semur" dilaksanakan di Kantor Kelurahan Tawang Mas. Dalam evaluasi tersebut, dihadiri oleh Kepala Kelurahan Tawang Mas, tim FKK Tawang Mas, dan kader RW. Dari hasil evaluasi disampaikan peningkatan self management dan kualitas hidup penderita gout arthritis setelah diadakan kegiatan "Produksi Semur" melalui pendampingan kader. Dalam kegiatan evaluasi ini juga disepakati para kader akan meneruskan kegiatan "Produksi Semur" bersamaan dengan kegiatan Posyandu Lansia.



Gambar 3 Evaluasi dan penyusunan RTL

Tabel 1.
Self Management dan Kualitas Hidup Penderita Asam Urat (n=32)

Variabel	Pre Test		Post Test	
	f	%	f	%
<i>Self Management</i>				
Baik	15	46,87	22	68,75
Buruk	17	53,13	10	31,25
<i>Kualitas Hidup</i>				
Baik	14	43,75	25	78,13
Buruk	18	56,25	7	21,87

Tabel 1 pelaksanaan PKM “Produksi Semur” secara signifikan meningkatkan self care management dan kualitas hidup penderita asam urat di Kelurahan Tawang Mas Kota Semarang. Hal ini dibuktikan dengan meningkatnya self care management dengan kategori baik dari 46,87% menjadi 68,75%, serta peningkatan kualitas hidup pada kategori baik dari 47,75% menjadi 78,13%. Self care management adalah suatu kegiatan yang memenuhi kebutuhan individu untuk menjaga kesehatan atau mempertahankan hidup, dalam kondisi sehat dan sejahtera maupun kondisi sakit (Cahyani). Sementara kualitas hidup merupakan persepsi seseorang tentang kondisi hidupnya yang berkaitan dengan nilai-nilai kehidupan, konteks budaya serta dalam pemahamannya dalam tujuan dan harapan hidupnya (Rosiyani, 2015).

Pelaksanaan PKM “Produksi Semur” memberdayakan kader kesehatan sebagai educator kesehatan untuk melakukan edukasi kesehatan tentang asam urat. Kader kesehatan adalah setiap orang yang dipilih oleh masyarakat dan dilatih untuk menggerakkan masyarakat berpartisipasi dalam pemberdayaan masyarakat bidang kesehatan. Salah satu tugas kader adalah sebagai penggerak bagi masyarakat untuk berperan serta dalam meningkatkan status kesehatannya (Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 8 Tahun 2019). Faktor pendukung keberhasilan penerapan “Produksi Semur” ini adalah dengan dibentuknya kelompok pendukung kader “Produksi Semur” yang berfungsi sebagai kolega petugas kesehatan dalam mengelola masyarakat yang mengalami masalah asam urat dengan menggunakan buku saku kader “Produksi Semur” sebagai media edukasi. Pembentukan kelompok pendukung merupakan sebuah strategi intervensi pemberdayaan dalam pemberian promosi kesehatan kepada Masyarakat (Ayu et al., 2015). Kader kesehatan juga dapat dilibatkan dalam kegiatan promosi kesehatan lainnya. Sigit, Debora, dan Lahardo (2020) melibatkan kader kesehatan dalam pencegahan hipertensi (Sigit et al., 2020). Sejalan dengan hal tersebut, Inderiati, et.al (2021) melibatkan kader dalam pemeriksaan penyakit tidak menular. Hal tersebut secara signifikan dapat meningkatkan perhatian masyarakat untuk lebih waspada terhadap kesehatan dirinya sehingga dapat meningkatkan *self management* serta kualitas hidup masyarakat (Inderiati et al., 2021).

SIMPULAN

Pelaksanaan abdimas dengan tema “Pemberdayaan Kader dalam Produksi Semur untuk Meningkatkan Self Management dan Kualitas Hidup Penderita Asam Urat” dapat berjalan dengan baik dan sesuai dengan rencana. Keterlibatan kader dalam program ini secara signifikan dapat meningkatkan self management pada kategori baik (dari 46,87% menjadi 68,75%), serta kualitas hidup pada kategori baik (dari 47,75% menjadi 78,13%). Rencana

tindak lanjut dari kegiatan abdimas ini adalah para kader akan melanjutkan “Produksi Semur” dengan kegiatan melakukan skrining asam urat, edukasi, dan pengelolaan penderita asam urat. Kegiatan “Produksi Semur” akan dilaksanakan bersamaan dengan kegiatan posyandu lansia agar sasaran dari “Produksi Semur” dapat menjangkau penderita asam urat yang lebih luas. Wilayah mitra diharapkan dapat mendukung dan memfasilitasi kader kesehatan dalam melakukan edukasi serta upaya peningkatan kesehatan masyarakat

DAFTAR PUSTAKA

- Ayu, S. U. P., Junaiti, S., & Widyatuti. (2015). Pengaruh Pemberdayaan Kader Dalam Penerapan Kartu Pemantauan Mandiri (Kpm) Terhadap Pencegahan Gangguan Pergerakan Akibat Asam Urat Pada Lansia. *COPING Ners Journal*, 3(3), 85–92. <http://ojs.unud.ac.id/index.php/coping/article/view/19182>
- Febriyanti, T., Nubadriyah, W. D., & Dewi, N. L. A. (2020). Hubungan Kemampuan Diet Rendah Purin Dengan Kadar Asam Urat. *Jurnal Ners LENTERA*, 8(1), 72–79.
- Inderiati, D., Mirawati, M., Aryadnyani, N. P., & Yantina, D. (2021). Pemberdayaan Kader Dalam Melakukan Pemeriksaan Penyakit Tidak Menular (PTM) Sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan Warga Kelurahan Jatiwarna. *Poltekkes Kemenkes Jakarta*, 7(2), 107–115.
- Mediani, H. ., Nurhidayah, I., & Mamat, L. (2020). Pemberdayaan Kader Kesehatan Tentang Pencegahan Stunting pada Balita. *Jurnal Media Karya Kesehatan*, 3(1), 82–90.
- Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 8 Tahun 2019 Tentang Pemberdayaan Masyarakat Bidang Kesehatan
- Sari, N. N., Warni, H., Kurniasari, S., & Agata, A. (2022). Upaya pengendalian kadar asam urat pada lansia melalui deteksi dini dan penyuluhan kesehatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(4), 1666–1671.
- Sigit, N., Debora, O., & Lahardo, D. (2020). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Penerapan Self Management Untuk Mencegah Hipertensi Pada Lansia di Dusun Sukosari Desa Pandansari, Poncokusumo, Kabupaten Malang. *Abdimas Unwahas*, 5(2), 103–108. <https://www.publikasiilmiah.unwahas.ac.id/index.php/ABD/article/download/3720/3244>
- Slamiyati, S., & Asnidari, L. N. (2020). Kualitas hidup lanjut usia penderita gout atrithis. *Jurnal Keperawatan UMM*, 8(2), 23–29.