



## Penyuluhan tentang Pemanfaatan Tanaman Obat Herbal untuk Penyakit Asam Urat kepada Kader PKK di Lamdom, Kota Banda Aceh

Yuni Rahmayanti<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, 23374, Indonesia.

\*Email korespondensi: [yuniry\\_fk@abulyatama.ac.id](mailto:yuniry_fk@abulyatama.ac.id)<sup>1</sup>

Diterima 18 Agustus 2022; Disetujui 23 Agustus 2022; Dipublikasi 01 September 2022

**Abstract:** *Gout is a disease caused by high levels of uric acid in the blood, which can lead to inflammation in the joints. This disease is common in society, especially among the elderly, and requires proper treatment. One alternative treatment that can be used is the utilization of herbal medicinal plants that have been believed for generations to have efficacy in lowering uric acid levels. This outreach activity aims to enhance the understanding of the community, especially the PKK cadres in Lamdom, Banda Aceh City, regarding the use of herbal medicinal plants in the prevention and treatment of gout. The methods used included lectures, interactive discussions, and evaluation of participants' understanding before and after the extension activities. The results show an increase in the knowledge of PKK cadres regarding herbal medicinal plants that can be used for gout and their proper and safe usage.*

**Keywords:** *Herbal medicinal plants, Gout, Health education.*

**Abstrak:** Asam urat merupakan penyakit yang disebabkan oleh tingginya kadar asam urat dalam darah yang dapat mengakibatkan peradangan pada sendi. Penyakit ini umum terjadi pada masyarakat, terutama lansia, dan membutuhkan penanganan yang tepat. Salah satu alternatif pengobatan yang dapat digunakan adalah pemanfaatan tanaman obat herbal yang secara turun-temurun dipercaya memiliki khasiat dalam menurunkan kadar asam urat. Kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat, khususnya kader PKK di Lamdom, Kota Banda Aceh, mengenai penggunaan tanaman obat herbal dalam pencegahan dan pengobatan asam urat. Metode yang digunakan meliputi ceramah, diskusi interaktif, serta evaluasi pemahaman peserta sebelum dan sesudah penyuluhan. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan kader PKK mengenai tanaman obat herbal yang dapat digunakan untuk asam urat serta cara penggunaannya secara tepat dan aman.

**Kata kunci :** *Tanaman obat herbal, Asam urat, Edukasi kesehatan.*

Asam urat adalah asam berbentuk kristal yang merupakan hasil dari pemecahan purin. Secara alamiah, purin ada dalam tubuh dan dalam makanan dari tanaman (sayur, buah, kacang-kacangan) maupun dari hewan (daging,

jeroan, ikan sarden). Asam urat adalah bentuk umum dari radang sendi yang sangat menyakitkan. Biasanya mempengaruhi satu sendi pada satu waktu (seringkali sendi jempol kaki). Serangan nyeri asam urat yang berulang

dapat menyebabkan artritis gout yakni suatu bentuk radang sendi yang memburuk (Madyaningrum et al., 2020). Gout membutuhkan ketepatan diagnosis dan pengelolaan. Penyusunan rekomendasi diagnosis dan pengelolaan gout oleh IRA diharapkan dapat membantu dalam pengelolaan pasien gout sehingga dapat mencegah komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup pasien. Serangan artritis gout akut yang pertama paling sering mengenai sendi metatarsophalangeal (MTP) 1 yaitu sekitar 80–90 % kasus, yang secara klasik disebut podagra. Onset serangan tiba-tiba, sendi yang terkena mengalami eritema, hangat, bengkak dan nyeri.

Serangan gout akut harus mendapat penanganan secepat mungkin. Pasien harus diedukasi dengan baik untuk dapat mengenali gejala dini dan penanganan awal serangan gout akut. Pilihan obat untuk penanganan awal harus mempertimbangkan ada tidaknya kontraindikasi obat, serta pengalaman pasien dengan obat-obat sebelumnya (Perhimpunan Reumatologi Indonesia, 2020).

Penanganan penyakit asam urat dapat terlaksana melalui pengobatan secara farmakologi dan penggunaan obat tradisional. Salah satu pengobatan secara tradisional yaitu memanfaatkan tanaman daun salam. Daun salam mengandung sitral, eugenol, tannin dan flavonoid.

Senyawa flavonoid yang dapat menghalau enzim xantin oksidase, yang membuat kandungan asam urat di darah turun (Yanuary, 2023). Obat tradisional telah dikenal masyarakat secara turun temurun yang umumnya

dimanfaatkan sebagai upaya preventif untuk menjaga kesehatan 2 dan pengobatan suatu penyakit karena efek samping yang ditimbulkan relatif kecil, aman, praktis, serta harga yang terjangkau (Purnamasari Parinding et al., 2024)

## **KAJIAN PUSTAKA**

### **Asam Urat dan Dampaknya pada Kesehatan**

Asam urat adalah hasil metabolisme purin yang terdapat dalam makanan dan tubuh manusia. Jika kadar asam urat berlebihan, maka dapat terjadi pengendapan kristal urat pada sendi, menyebabkan peradangan dan nyeri hebat yang disebut gout (Madyaningrum et al., 2020). Jika tidak ditangani dengan baik, asam urat dapat menyebabkan komplikasi seperti kerusakan sendi permanen dan batu ginjal (Perhimpunan Reumatologi Indonesia, 2020).

### **Pengobatan Asam Urat Secara Tradisional**

Tanaman obat herbal telah lama digunakan dalam pengobatan tradisional untuk mengatasi berbagai penyakit, termasuk asam urat. Beberapa tanaman yang memiliki potensi dalam menurunkan kadar asam urat antara lain::

1. Daun salam (*Syzygium polyanthum*)

Mengandung flavonoid, tannin, dan eugenol yang dapat menghambat enzim xantin oksidase, enzim yang berperan dalam pembentukan asam urat. Studi menunjukkan bahwa ekstrak daun salam dapat membantu menurunkan kadar asam urat dalam darah (Yanuary, 2023).

2. Jahe (*Zingiber officinale*)

- Memiliki sifat antiinflamasi yang membantu mengurangi peradangan pada persendian akibat kristal asam urat.
3. Seledri (*Apium graveolens*)  
Mengandung fitokimia yang dapat meningkatkan ekskresi asam urat melalui ginjal.
  4. Sambiloto (*Andrographis paniculata*)  
Mengandung senyawa andrographolide yang memiliki sifat antioksidan dan antiinflamasi, sehingga dapat membantu mengurangi kadar asam urat dalam tubuh.
  5. Meniran (*Phyllanthus niruri*)  
Memiliki efek diuretik yang membantu meningkatkan ekskresi asam urat melalui urine (Purnamasari Parinding et al., 2024).

### **Manfaat Penggunaan Obat Herbal dalam Penanganan Asam Urat**

Obat herbal telah lama dikenal dan digunakan sebagai alternatif pengobatan dalam mengatasi berbagai penyakit, termasuk asam urat. Beberapa manfaat utama penggunaan obat herbal dalam pengelolaan asam urat meliputi:

- Efek samping yang lebih ringan dibandingkan dengan obat sintetis.
- Meningkatkan metabolisme tubuh dalam mengeluarkan asam urat secara alami.

- Dapat dikombinasikan dengan terapi medis tanpa menimbulkan efek samping yang serius.
- Dapat digunakan dalam jangka Panjang terutama dalam pencegahan asam urat.

### **Edukasi dan Penyuluhan Mengenai Pemanfaatan Obat Herbal**

Peningkatan kesadaran masyarakat mengenai pemanfaatan obat herbal sangat penting untuk memastikan bahwa mereka mendapatkan manfaat optimal dari tanaman obat yang digunakan. Beberapa strategi edukasi yang dapat diterapkan dalam penyuluhan meliputi:

- Memberikan informasi ilmiah
- mengenai manfaat tanaman obat yang telah terbukti efektif dalam penelitian.
- Membantu masyarakat
- mengenali tanaman obat yang aman dan memiliki manfaat kesehatan.
- Mengedukasi tentang cara mengolah dan mengonsumsi obat herbal dengan benar.
- misalnya dalam bentuk teh, ekstrak, atau kapsul herbal.
- Menjelaskan efek samping dan kontraindikasi penggunaan obat herbal.
- terutama bagi individu dengan kondisi kesehatan tertentu atau yang sedang menjalani terapi farmakologi (Yanuary, 2023).

### **Keunggulan dan Tantangan dalam Penggunaan Obat Herbal**

Obat herbal memiliki beberapa keunggulan, seperti efek samping yang lebih rendah dibandingkan dengan obat sintetis, mudah didapatkan, dan relatif lebih murah. Namun, tantangan utama dalam penggunaannya adalah kurangnya standar dosis yang jelas dan kemungkinan interaksi dengan obat lain yang sedang dikonsumsi oleh pasien. Oleh karena itu, penting untuk mendapatkan informasi yang tepat mengenai cara penggunaan obat herbal agar aman dan efektif dalam pengobatan asam urat.

## **METODE PELAKSANAAN**

### **Tahap Persiapan**

Kegiatan yang dilakukan pada tahap persiapan adalah :

1. Survei tempat pelaksanaan kegiatan
2. Pengurusan administrasi dan perijinan tempat pengabdian masyarakat
3. Persiapan materi penyuluhan.

### **Tahap Pelaksanaan Kegiatan**

Kegiatan pengabdian masyarakat akan dilakukan setelah persiapan dan perizinan selesai. Kegiatan ini akan dilakukan di Gampong Lamdom, Kota Banda Aceh. Dalam pelaksanaan kegiatan ini sasaran masyarakat Banda Aceh akan dijelaskan materi berupa pentingnya pengobatan tradisional untuk mencegah asam urat, setelah pemberian materi selesai kemudian masyarakat diberikan kesempatan bertanya dan diberikan waktu 60 menit untuk sesi tanya jawab, bagi masyarakat yang bertanya diberikan hadiah/doorsprise.

### **Pembuatan Laporan Pengabdian**

Laporan pengabdian dibuat sebagai

bentuk hasil akhir dari kegiatan pengabdian yang telah dilakukan agar nantinya manfaat dari pengabdian itu benar-benar tercapai.

### **Tahap Evaluasi**

Tahap evaluasi merupakan tahapan yang dilakukan untuk menilai kegiatan secara keseluruhan dan meninjau kembali apakah terdapat kekurangan-kekurangan selama kegiatan. Tahap evaluasi ini bertujuan agar kegiatan yang dilakukan dapat berjalan dengan efektif dan sesuai dengan yang diharapkan. Tahap evaluasi difokuskan terhadap kemampuan masyarakat menerapkan perilaku dalam pengobatan Tradisional untuk mencegah dan pengobatan Asam Urat, pengetahuan yang cukup tentang pengobatan dan efek samping.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Pelaksanaan Kegiatan**

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema “Penyuluhan tentang Pemanfaata Tanaman Obat Herbal untuk Penyakit Asam Urat kepada Kader PKK di Lamdom Kota Banda Aceh” yang diikuti 50 masyarakat dengan baik dan lancar sesuai dengan harapan. Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan dalam bentuk ceramah dan diskusi tanya jawab terperinci.

1. Pelaksanaan Pengabdian

2. Pembukaan

Pembukaan kegiatan diawali oleh kepala desa beserta dengan pengenalan tim penyuluhan.

3. Penyampaian Materi

Materi pengabdian masyarakat disampaikan kepada peserta mengenai Penyuluhan tentang Pemanfaata

Tanaman Obat Herbal untuk Penyakit Asam Urat kepada Kader PKK di Lamdom Kota Banda Aceh. Materi yang disampaikan  $\pm$  40 Menit.



Gambar 1. Penyampaian materi

#### 4. Diskusi/ Tanya Jawab

Setelah selesai penyampaian materi kepada masyarakat, dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab.

#### 5. Penutup

Kegiatan pengabdian masyarakat diakhiri dengan melakukan foto bersama dengan masyarakat.

### Output

Output yang diperoleh dari kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu masyarakat Aceh Besar lebih meningkat pengetahuannya mengenai Penyuluhan tentang Pemanfaatan Tanaman Obat Herbal untuk Penyakit Asam Urat kepada Kader PKK di Lamdom Kota Banda Aceh. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya respon 5 masyarakat dalam bertanya dan menjawab pertanyaan yang diberikan oleh pemateri..

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### Kesimpulan

1. Kegiatan penyuluhan kepada

masyarakat memberikan pengetahuan tentang diabetes dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat terhadap Penyuluhan tentang Pemanfaatan Tanaman Obat Herbal untuk Penyakit Asam Urat kepada Kader PKK di Lamdom Kota Banda Aceh.

2. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi tanya jawab.
3. Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang Penyuluhan tentang Pemanfaatan Tanaman Obat Herbal untuk Penyakit Asam Urat kepada Kader PKK di Lamdom Kota Banda Aceh.

#### Saran

Masa depan bangsa ini harus segera diselamatkan caranya adalah dengan mendidik dan membimbing generasi muda secara intensif agar mereka mampu menjadi motor penggerak kemajuan dan mendorong perubahan kearah yang lebih dinamis, progresif dan produktif. Dengan demikian diharapkan kedepannya bangsa ini mampu bersaing dengan negara lainya . Agar mencapai impian tersebut remaja Indonesia harus tumbuh secara positif dan konstruktif, serta sebisa mungkin dijauhkan dari telibat kenakalan remaja. Inialah tantangan riil yang kita hadapi sebagai guru dan orang tua. Sudah sedemikian lama fenomena maraknya kenakalan remaja ini dibiarkan begitu saja, seolah hanya di tangani dengan asal-asalan. Pemerintahan sebagai pemegang utama kebijakan juga dapat menjalankan perannya,

yaitu membuat undang undang pendidikan, undang undang teknologi komunikasi (yang mengatur tayangan yang layak di akses di internet, televisi, dan media massa), serta membangun aparat kepolisian yang kuat.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Madyaningrum, E., Kusumaningrum, F., Wardani, R. K., Susilaningrum, A. R., & Ramdhani, A. (2020). *Buku Saku Kader: Pengontrolan Asam Urat di Masyarakat*. Fakultas Kedokteran, Universitas Gadjah Mada.
- Perhimpunan Reumatologi Indonesia. (2020). *Rekomendasi Pedoman Diagnosis dan Pengelolaan Gout*.
- Purnamasari Parinding, I., Nurvianthi, R. Y., Asmal, A., & Stikes Bhakti Pertiwi Luwu Raya Palopo. (2024). *Penggunaan Obat Tradisional Asam Urat di Desa Pongko Kecamatan Walenrang Utara*.
- Yanuary. (2023). *Pemanfaatan Tanaman Daun Salam untuk Mengobati Asam Urat di Desa Maku, Kecamatan Dolo*. Jurnal Pengabdian Kefarmasian, 4(1), 16–22.
- WHO. (2021). *Traditional Medicine in the Treatment of Chronic Diseases*.
- UNICEF. (2020). *The Role of Herbal Medicine in Public Health*.
- Departemen Kesehatan RI. (2019). *Pedoman Penggunaan Obat Herbal yang Aman dan Berkhasiat*.
- Widodo, A. (2020). *Dampak Konsumsi Obat Herbal terhadap Kesehatan Masyarakat*. jurnal Kesehatan Masyarakat, 5(2), 33-45.
- Suyanto, R. (2019). *Edukasi Masyarakat*

*tentang Penggunaan Obat Herbal*. Jurnal Gizi dan Kesehatan, 7(1), 25-37.

Badan POM RI. (2018). *Daftar Tanaman Obat yang Terbukti Berkhasiat secara Ilmiah*.