

Posyandu dan Penyuluhan Kesehatan Lansia tentang Asam Urat di Dusun Sambeng Desa Ngalang Kecamatan Gedangsari Kabupaten Gunung Kidul

Muhamad Malik, Santi Indriyani, Malina Sofi, Wardah Ulyana Wijaya, Moh. Iqbal Maulana R, Amirudin, Siti Habibah, Ana Ismalawati, Gina Amalia Shalihah, Muh Ahib Fathurrahman

KKN 96 UIN Sunan Kalijaga Kelompok 149*

Jl. Marsda Adisucipto No 1 Yogyakarta 55281, Indonesia. Tel. +62-274-540971, Fax. +62-274-519739

Email: kkn96sambeng@gmail.com*

Abstrak. Asam urat pada usia lanjut sangat penting untuk diketahui penyebab, gejala, dan pencegahannya. Di Dusun Sambeng, Desa Ngalang, Kecamatan Gedangsari, Kabupaten Gunung Kidul memiliki warga dengan usia lanjut cukup banyak sekitar 140 orang. Ditambah lagi hampir semua warga lansia di Dusun Sambeng tidak tahu penyebab, gejala, dan pencegahan asam urat. Oleh karena itu pengadaan posyandu dan penyuluhan lansia tentang asam urat sangat dibutuhkan. Tujuan kegiatan ini adalah untuk memberi pengetahuan tentang kesehatan dan pencegahan terhadap penyakit-penyakit terutama asam urat. Metode yang digunakan adalah penyuluhan dan sosialisasi tentang penyebab, gejala, dan pencegahan asam urat. Kemudian dilanjutkan dengan pengecekan tensi darah dan asam urat. Hasil dari kegiatan ini adalah masyarakat jadi lebih tahu penyebab, gejala, dan pencegahan asam urat. Masyarakat juga jadi bisa mengetahui bagaimana mengatasi asam urat setelah melakukan pengecekan.

Kata Kunci: asam urat, penyuluhan kesehatan, posyandu lansia.

PENDAHULUAN

Ketika usia semakin renta maka semakin rentan pula terhadap penyakit-penyakit dan gangguan-gangguan penuaan, misalnya sirkulasi darah, gangguan persendian, dan lain-lain. Pola makan yang tidak benar menjadi salah satu penyebab kadar asam urat menjadi melebihi batas normal. Maka pemberitahuan tentang penyebab, gejala dan dampak, serta pencegahan diperlukan supaya masyarakat lebih berhati-hati ketika menginjak usia tua.

Dengan meningkatnya jumlah penduduk lanjut usia maka meningkat pula berbagai penyakit yang dialami lansia, terutama untuk penyakit asam urat. Menurut Fowles, *World Health Organization* (WHO) memperkirakan bahwa sekitar 335 juta orang di dunia mengidap penyakit rematik. Jumlah ini sesuai dengan adanya peningkatan manusia berusia lanjut. Masalah muskuloskeletal merupakan masalah kronis yang paling lazim terjadi pada lansia, dengan sekitar 49% lansia mengalami beberapa bentuk artritis (seperti dikutip Seran, *ejournal Keperawatan*, Vol. 4 No. 1, Februari 2016).

Perlunya kegiatan yang menggerakkan dan memotivasi masyarakat untuk hidup sehat dan mengubah gaya hidup. Salah satu alternatif untuk pencegahan adalah dengan mengadakan posyandu dan penyuluhan kesehatan untuk lansia.

Tujuan mengadakan posyandu dan penyuluhan kesehatan untuk lansia adalah untuk memberi pengetahuan tentang kesehatan dan pencegahan terhadap penyakit-penyakit terutama asam urat. Subyek pendampingan yang diajukan pada program pengabdian masyarakat ini adalah Dusun Sambeng,

Desa Ngalang, Kecamatan Gedangsari, Kabupaten Gunung Kidul, D.I. Yogyakarta. Berikut ini kami paparkan alasan pengadaan posyandu dan penyuluhan kesehatan lansia di Dusun Sambeng:

1. Dusun tersebut memiliki jumlah penduduk lansia cukup banyak sekitar 140 orang.
2. Posyandu untuk lansia di Dusun Sambeng masih belum ada, ahanya ada posyandu untuk balita.

METODE PENELITIAN

Posyandu di Dusun Sambeng Desa Ngalang Kecamatan Gedangsari Kabupaten Gunung Kidul dilaksanakan di rumah Ibu Dukuh. Kegiatan posyandu di Dusun Sambeng dilaksanakan rutin setiap sebulan sekali pada tanggal 7 setiap bulan. Namun kegiatan ini hanya terfokus untuk balita, sedangkan untuk lansia belum ada. Padahal jumlah lansia di Dusun Sambeng lumayan banyak, sekitar 140 orang. Usia-usia memasuki jenjang lansia juga rentan terhadap penyakit-penyakit, termasuk asam urat dan lain-lain.

Kegiatan ini diawali bertemu dengan Ibu Dukuh Dusun Sambeng sebagai ketua Posyandu Dusun Sambeng untuk mensosialisasikan tentang kegiatan Posyandu Lansia. Rencana kegiatan Posyandu Lansia mendapat sambutan baik dari ketua Posyandu Dusun Sambeng. Selanjutnya informasi tentang kegiatan ini disampaikan kepada masing-masing RT untuk disampaikan kepada warga-warga yang sudah memasuki usia lansia.

Penyuluhan kesehatan untuk lansia dilaksanakan pada tanggal 13 Agustus 2018, dari pukul 09.00 – 12.00 WIB. Kegiatan ini dilaksanakan bersamaan

dengan posyandu untuk balita yang seharusnya tanggal 7 namun diganti pada tanggal 13.

Acara dimulai dengan pemberian materi tentang asam urat oleh pemateri dari tim kesehatan. Hal ini untuk memberitahukan tentang bahaya asam urat karena tidak sedikit dari para lansia Dusun Sambeng memiliki gejala-gejala asam urat.

Setelah pemberian materi, dilakukan pengecekan tensi darah dan asam urat. Para warga lansia lumayan banyak yang datang untuk mendapatkan penyuluhan kesehatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program kegiatan posyandu dan penyuluhan lansia telah berjalan dengan lancar. Kegiatan ini dilaksanakan oleh teman-teman KKN yang terdiri dari 10 mahasiswa dan dibantu oleh tim pemateri ahli kesehatan. Tidak ketinggalan juga kader-kader posyandu Dusun Sambeng yang turut membantu. Adapun rangkaian kegiatan posyandu dan penyuluhan lansia yang dilaksanakan antara lain. Penyuluhan dan sosialisasi kesehatan lansia tentang asam urat. Pengecekan tensi darah dan asam urat

Dari serangkaian kegiatan di atas, dapat dijelaskan hasil-hasil kegiatannya sebagai berikut:

1. Penyuluhan dan sosialisasi kesehatan lansia tentang asam urat

Penyuluhan dan sosialisasi kesehatan lansia tentang asam urat dilaksanakan di rumah Bu Dukuh yang juga digunakan sebagai posyandu di Dusun Sambeng, Desa Ngalang, Kecamatan Gedangsari, Kabupaten Gunung Kidul. Penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 13 Agustus 2018 dari pukul 09.00 – 12.00 WIB. Penyuluhan ini dinarasumberi oleh tim pemateri yang ahli dalam bidang kesehatan. Kegiatan ini diisi dengan presentasi dan tanya jawab seputar asam urat. Semua materi tersampaikan dengan baik dan lancar. Dari penyuluhan dan sosialisasi kesehatan lansia tentang lansia ini banyak sekali warga Dusun Sambeng khususnya yang sudah lanjut usia masih belum tahu penyebab, gejala, dan cara pencegahan asam urat. Kegiatan ini dihadiri oleh 29 peserta.



Gambar 1. Kegiatan penyuluhan dan sosialisasi kesehatan kepada para lansia



Gambar 2. Kegiatan penyuluhan dan sosialisasi kesehatan kepada para lansia

2. Pengecekan tensi darah dan asam urat
Setelah pemberian materi tentang penyebab, gejala, dan pencegahan asam urat, maka dilakukan pengecekan tensi darah dan asam urat. Kegiatan ini ditujukan supaya peserta mengetahui berapa tensi darah dan kadar asam urat yang dimiliki.



Gambar 3. Kegiatan pemeriksaan tekanan darah dan asam urat



Gambar 4. Kegiatan pemeriksaan tekanan darah dan asam urat

KESIMPULAN

Kegiatan posyandu dan penyuluhan lansia tentang asam urat berjalan dengan baik. Masih banyak dari warga lansia setempat yang belum tahu tentang penyebab, gejala, dan pencegahan asam urat. Hal ini dikarenakan

tidak adanya penyuluhan dan sosialisasi kesehatan terhadap lansia di dusun setempat. Kegiatan ini dapat menjadi awal agar masyarakat lebih sadar terhadap kesehatan. Kegiatan ini juga disambut baik dari masyarakat setempat, terbukti dengan partisipasi dari masyarakat yang berdatangan mengikuti kegiatan ini, terutama yang sudah berusia lanjut.

DAFTAR PUSTAKA

- Seran, Ribka, Henddro Bidjuni, dan Franly Onibala. 2016. *Hubungan Antara Nyeri Gout Arthritis Dengan Kemandirian Lansia Di Puskesmas Towuntu Timur Kecamatan Pasan Kabupaten Minahasa Tenggara*. Ejournal Keperawatan (e-Kp), Volume 4 Nomor 1, Februari 2016.
- Dewi, Fitri Ayuning, dan Wiwik Afridah. 2014. *Pola Makan Lansia Penderita Asam Urat Di Posyandu Lansia Kelurahan Wonokromo Surabaya*. *Jurna Ilmiah Kesehatan*, Volume 7 Nomor 12, Februari 2014, Hal. 69-74.
- Indriyawati, Nina, Widodo, Melyana Nurul, Djoko proyatno, dan Marichatul Jannah. 2018. *Skrining dan Pendampingan Pencegahan Penyakit Tidak Menular Di masyarakat*. *Link*, Volume 14 Nomor 1, Hal. 50-54
- Susianti, Betta Kurniawan, Reni Zuraida, dan Hanna Mutiara. 2015. *Pemeriksaan Kadar Asam Urat dan Penyuluhan tentang Penyakit Gout pada Masyarakat di Desa Kalisari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan*. *JPM Ruwa Jurai*, Volume 1 Nomor 1, Oktober 2015, Hal 63-66.
- Widodo, Erik Wahyu. . *Pengetahuan Lansia Tentang Gout (Asam Urat)*. *Jurnal AKP*, Volume 6 Nomor 2, 1 Juli – 31 Desember 2015, Hal 42-47.

THIS PAGE INTENTIONALLY LEFT BLANK