

## Penyuluhan dan Pemeriksaan Asam Urat pada Lansia di Panti Werdha Damai Ranomuut Manado

Puspita Ningrum<sup>1\*</sup>, Erna Purwanti<sup>2</sup>, Junytha Rondonuwu<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Akademi Keperawatan Metuari Waya Manado, Malalayang Dua, Malalayang, Manado City, North Sulawesi.  
E-mail: [ningrumpuspitaaaa@gmail.com](mailto:ningrumpuspitaaaa@gmail.com)

\* Corresponding Author



<https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i3.4013>

### ARTICLE INFO

### ABSTRACT

#### Article history

Received: 14 Dec 2025

Revised: 20 Dec 2025

Accepted: 26 Dec 2025

#### Kata Kunci:

Konseling, Lansia,  
Asam Urat.

#### Keywords:

Counseling, Elderly,  
Gout.



Asam urat menjadi salah satu faktor penyebab utama artritis inflamasi kronis di Indonesia yang ditandai dengan adanya pengendapan kristal monosodium urat (MSU) monohidrat pada jaringan. Artritis gout merupakan salah satu Penyakit Tidak Menular yang sering dialami oleh orang lanjut usia, yang disebabkan oleh minimnya pemahaman tentang makanan dengan kandungan purin tinggi. Tujuan dari penulisan artikel ini adalah untuk mengetahui kadar normal asam urat pada lansia. Pengabdian ini dilaksanakan di Panti Werdha Damai Ranomuut Manado dengan jumlah 35 lansia. Metode yang digunakan adalah penyuluhan dan pemeriksaan asam urat. Hasil menunjukkan bahwa 16 lansia memiliki kadar asam urat yang tinggi, yang terdiri dari 14 wanita dan 2 pria.

*Uric acid is one of the main causes of chronic inflammatory arthritis in Indonesia, characterized by the deposition of monosodium urate (MSU) monohydrate crystals in the tissues. Gouty arthritis is a non-communicable disease often experienced by elderly people caused by a lack of understanding about foods that have high purine content. The purpose of writing this article is to determine the normal levels of uric acid in the elderly. This community service was carried out at the Damai Ranomuut Manado Werdha Panti with a total of 35 elderly people. The methods used were counseling and uric acid examination. The results showed that 16 elderly people had high uric acid levels, consisting of 14 women and 2 men.*



This is an open access article under the CC-BY-SA license.

**How to Cite:** Puspita Ningrum, et al (2025). Penyuluhan dan Pemeriksaan Asam Urat pada Lansia di Panti Werdha Damai Ranomuut Manado, 4(3). <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i3.4013>

## PENDAHULUAN

Jumlah serta persentase orang yang berusia 60 tahun ke atas dalam populasi global sedang mengalami kenaikan. Di tahun 2019, individu berusia di atas 60 tahun telah mencapai angka 1 miliar. Proyeksi menunjukkan bahwa jumlah ini akan bertambah menjadi 1,4 miliar pada 2030 dan 2,1 miliar pada 2050. Kenaikan tersebut terjadi dengan laju yang tinggi dan diperkirakan akan semakin meningkat dalam beberapa dekade ke depan, terutama di negara-negara yang sedang berkembang (WHO, 2025). Penuaan juga telah dikenali sebagai penyebab risiko untuk munculnya PTM karena populasi yang berusia lanjut memiliki prevalensi PTM yang lebih banyak. Ini disebabkan oleh kenyataan bahwa individu lansia cenderung mengalami lebih banyak penyakit terkait, memiliki riwayat penyakit kronis yang lebih Panjang dan mengalami akumulasi paparan terhadap berbagai faktor risiko (Abdelhaq, Barakat, Zghoul, & Sultan, 2024).

Fakta bahwa populasi lanjut usia semakin bertambah menandakan bagaimana tantangan penyakit yang dihadapi oleh mereka memiliki risiko lebih besar terhadap berbagai kondisi kesehatan. Total kematian global mencapai angka 56,9 juta pada tahun 2016, dengan 71% di antaranya disebabkan oleh penyakit tidak menular (PTM). Organisasi Kesehatan Dunia meluncurkan suatu Strategi Aksi Global untuk mengatasi penyakit tidak menular yang mencakup peningkatan kesadaran publik, pemahaman yang lebih baik, serta praktik-praktik pencegahan, dan pengendalian penyakit tersebut. pendekatan ini diimplementasikan melalui Pendidikan kesehatan, intervensi mental seperti terapi perilaku kognitif dan

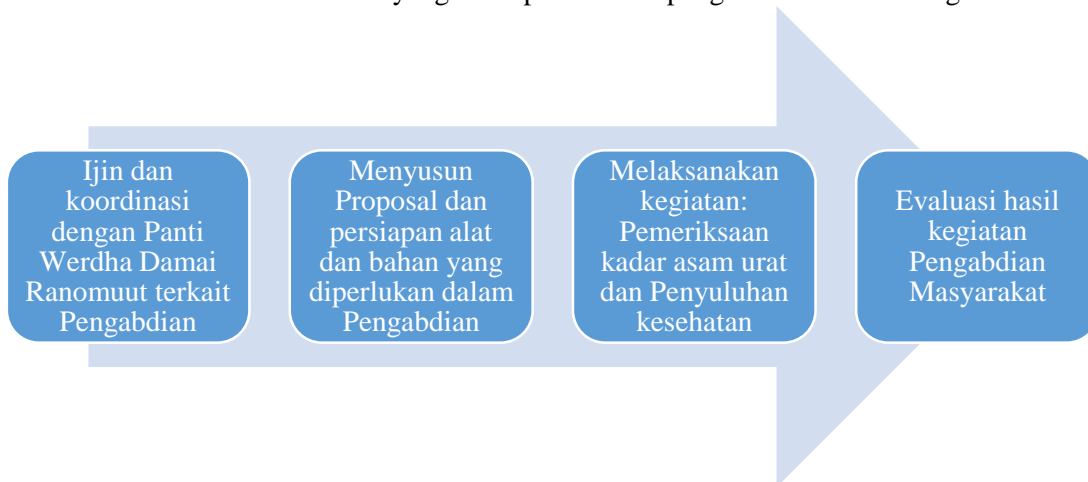
sesi wawancara motivasi, serta pemeriksaan rutin dalam program layanan kesehatan masyarakat (Low, Lee, & Samy, 2015). Arthritis gout merupakan salah satu Penyakit Tidak Menular yang sering dialami oleh orang-orang lanjut usia yang disebabkan oleh minimnya pemahaman tentang makan yang memiliki kandungan purin tinggi (Damayanti, Rambey, & Octavariny, 2025).

Arthritis gout adalah kondisi jangka panjang yang ditandai dengan serangan berulang nyeri sendi yang parah dan pembengkakan yang disebabkan oleh reaksi inflamasi terhadap kristal monosodium urat (MSU). Jika tidak ditangani dengan benar, penyakit ini dapat berkembang menjadi tofi, yang dapat menyebabkan kerusakan permanen pada tulang dan tulang rawan. Arthritis gout disebabkan oleh sitokin inflamasi yang diaktifkan saat MSU terdeposisi di rongga sendi. Arthritis gout adalah arthritis inflamasi yang paling umum, dengan prevalensi yang dilaporkan di seluruh dunia berkisar antara 0,1 hingga 10% (Zhao, et al., 2024). Langkah promotive dan preventif seperti pemeriksaan rutin kadar asam urat dan edukasi kesehatan secara berkala sangat penting dilakukan. Edukasi tersebut bertujuan untuk meningkatkan pemahaman lansia tentang bahaya asam urat, pentingnya deteksi dini, serta mencegah komplikasi seperti gagal ginjal dan penyakit kardiovaskuler (Saragih, Ginting, Turnip, Yulanda, & Natalia, 2025).

Oleh karena itu sangat penting untuk melibatkan keluarga dan pengasuh lansia lama program edukasi serta rutin dalam pemeriksaan kesehatan agar perubahan perilaku tidak hanya menjadi tanggung jawab lansia secara pribadi. Diharapkan, program pengabdian masyarakat ini dapat meningkatkan kesehatan bersifat promotif dan preventif untuk mendeteksi dan memantau kesehatan lansia terutama penyakit gout arthritis.

## METODE

Pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 31 Oktober 2025 di Panti Werdha Damai Ranomuut Manado. Lansia yang terlibat dalam program Pengabdian berjumlah 35 orang, yang terdiri dari 5 laki-laki dan 30 wanita. Program ini dilaksanakan oleh para dosen dan mahasiswa dari Akper Metuari Waya Manado. Tugas dosen mencakup penyediaan layanan kesehatan untuk lansia, sementara mahasiswa berperan dalam administrasi. Metode yang diterapkan dalam pengabdian adalah sebagai berikut:



**Gambar 1.** Diagram Alir PkM

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### *Pemeriksaan Kadar Asam Urat*

**Tabel 1.** Hasil Pemeriksaan

Jenis Kelamin	Tinggi	Normal	Total
Pria	2	3	5
Wanita	14	16	30

Usia	Pria	Wanita	Total
60-74 tahun	5	15	20

75-90 tahun	0	14	14
>90 tahun	0	1	1

Dari hasil analisis kadar asam urat dalam darah pada wanita usia lanjut, terlihat bahwa lebih banyak wanita yang mengalami peningkatan, yaitu 14 orang. Hal ini disebabkan oleh jumlah lansia wanita yang lebih tinggi dibandingkan dengan pria. Perbedaan konsentrasi asam urat berdasarkan jenis kelamin memiliki dampak pada variasi klinis yang terlihat antara wanita dan pria pada tahap awal penyakit asam urat dan setelah menopause, kadar asam urat wanita meningkat hingga setara dengan kadar pada pria dewasa (Afzal, Rednam, Gujathri, & Widrich, 2025).

Jenis peradangan sendi yang paling umum adalah asam urat. Asam urat semakin umum, dengan prevalensi 2-4% di seluruh dunia, terutama pada pria di atas 40 tahun dan pada individu dengan penyakit penyerta seperti obesitas, hipertensi, penyakit arteri koroner, diabetes, atau penyakit metabolik (Setyawati, 2024). Penyakit asam urat dicirikan oleh penumpukan kristal natrium monourat di berbagai jaringan dan organ serta timbulnya peradangan yang disebabkan oleh faktor lingkungan dan/atau genetik (Rotaru, et al., 2022). Serangan intermiten yang ditandai dengan asam urat adalah kondisi kronis yang dapat memengaruhi mobilitas sendi dan kualitas hidup pasien secara keseluruhan. Gejala pasien dapat menjadi lebih buruk jika kondisi ini tidak terkontrol dan melibatkan sendi lain seperti siku, pergelangan tangan, dan telapak tangan (Huang, et al., 2024).

Asam urat merupakan substansi yang dihasilkan saat proses penguraian nukleosida purin. Senyawa ini menjadi salah satu produk sampingan dari metabolisme yang dibuang melalui ginjal dalam bentuk natrium urat. Tingkat normal asam urat dalam darah berkisar antara 2,5 hingga 6 mg/dL untuk perempuan dan 3,4 sampai 7 mg/100 mL untuk laki-laki. Dalam urine, konsentrasi yang ideal berada dalam rentang 250 hingga 750 mg/dL (Jain, Goswami, & Pandey, 2020). Deteksi awal melalui pemeriksaan ini sangat krusial karena konsentrasi asam urat yang berlebihan bisa menyebabkan masalah kesehatan seperti batu empedu bahkan gangguan jantung jika tidak dikelola dengan baik (Zhu, Pandya, & Choi, 2011).

Hasil pemeriksaan diatas menunjukkan wanita yang mengalami peningkatan kadar asam urat diatas 6 mg/dL. Lansia yang menderita ataupun yang sehat dapat mengatur pola makan agar tidak terjadi kerusakan pada sendi melalui pendekatan non medis yang meliputi penyuluhan kesehatan, penyesuaian pola makan dan berfokus pada pengurangan konsumsi makanan yang tinggi purin sebagai cara alami untuk mengelola gout. Mematuhi diet yang berhubungan dengan pengobatan yang direkomendasikan, serta menurunkan asupan makanan kaya purin yang berkontribusi dalam mengendalikan pembentukan asam urat (RJ, Pailan, & Baharuddin, 2023).

### **Penyuluhan Kesehatan**

Penyuluhan kesehatan dilakukan secara bersamaan dengan pemeriksaan kadar asam urat. Selesai pemeriksaan kegiatan dilanjutkan dengan penyuluhan kesehatan dengan bermaksud mengubah perilaku lansia menjadi lebih sehat, sehingga dapat mencegah penyakit dan meningkatkan kualitas hidup. Penyuluhan sangat penting untuk perubahan perilaku, sikap dan meningkatkan pengetahuan serta gaya hidup lansia (Ningrum, et al., 2025). Selama proses para lansia tampak bersemangat mendengarkan dan mengajukan pertanyaan. Beberapa lansia yang sudah memahami tentang penyakit dan cara pencegahannya. Materi yang disampaikan mencakup contoh jenis makanan yang baik dan buruk untuk dikonsumsi serta dampak dan metode pencegahan.





**Gambar 2.** Dokumentasi Kegiatan

### **SIMPULAN**

Berdasarkan temuan dari pemeriksaan kesehatan pada lansia di Panti Werdha Damai Ranomuut Manado, setengah dari wanita lansia menunjukkan kadar asam urat yang tinggi. Di sisi lain, angka ini jauh lebih rendah pada lansia pria, hal ini disebabkan oleh jumlah wanita lansia yang lebih banyak dibandingkan pria lansia. Edukasi kesehatan menjadi sangat krusial agar dapat meningkatkan pemahaman, perilaku dan sikap serta mendorong perubahan gaya hidup di kalangan lansia.

Penting untuk melaksanakan pemeriksaan berkala agar kadar asam urat para lansia tetap dalam rentang normal dan meningkatkan kesadaran mereka untuk melakukan pemeriksaan secara teratur. Sangat penting bagi pengasuh/ketua/pengurus untuk dapat merencanakan pola makan bagi lansia yang memiliki masalah ini sehingga kadar asam urat dalam batas normal.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima kasih kami ucapkan kepada ketua UPPM Akademi Keperawatan Metuari Waya Manado yang telah memberikan izin melaksanakan pengabdian masyarakat dan terima kasih kepada Ketua Panti Werdha Damai Ranomuut Manado yang telah mengizinkan dan memfasilitasi untuk melakukan Pengabdian.

### **REFERENSI**

- Abdelhaq, A., Barakat, D., Zghoul, R., & Sultan, I. (2024). Examining the Burden of Non-Communicable Diseases among Elderly Individuals Aged 70 and Older in Jordan over Three Decades. *The Preprint Server for Health Sciences*.
- Afzal, M., Rednam, M., Gujarathi, R., & Widrich, J. (2025). *Gout*. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing.
- Damayanti, E., Rambey, H., & Octavariny, R. (2025). The Effectiveness of Providing Counseling in Efforts do Improve Knowledge and Dietary Patterns of Low Purine Diet in Gout Arthritis Patients at Bintang Bayu Health Center Serdang Bedagai. *JURNAL KESMAS DAN GIZI (JKG)*, 515-523.
- Huang, X., Chen, X., Liu, Q., Zhang, Z., Miao, J., Lai, Y., & Wu, J. (2024). The relationship between education attainment and gout, and the mediating role of modifiable risk factors: a Mendelian randomization study. *Frontiers in Public Health*.
- Jain, B. P., Goswami, S. K., & Pandey, S. (2020). *Protocols in Biochemistry and Clinical Biochemistry*. Academic Press.
- Low, W.-Y., Lee, Y.-K., & Samy, A. L. (2015). Non-communicable diseases in the Asia-Pacific region: Prevalence, risk factors and community-based prevention, risk factors and community-based prevention. *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health*, 20 - 26.

- Ningrum, P., Woran, D., Onibala, F., Rondonuwu, J., Purwanti, E., & Parapaga, N. (2025). PELAYANAN KESEHATAN PADA LANSIA DI KELURAHAN MAPANGET BARAT LINGKUNGAN VIII KOTA MANADO. *GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 239-244.
- RJ, I., Pailan, E. T., & Baharuddin, B. (2023). Analisis Faktor Risiko Gout Arthritis. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 157-162.
- Rotaru, L., Groppa, L., Codreanu, C., Spinei, L., Arnaut, O., Russu, E., . . . Cornea, C. (2022). Characteristics of clinical manifestations of gout in the elderly people. *Romanian Journal of Rheumatology*, 118-123.
- Saragih, A. U., Ginting, D. Y., Turnip, M., Yulanda, R., & Natalia, S. (2025). Penyuluhan dan Pemeriksaan Asam Urat pada Lansia di Wilayah IV Pasar 0 Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Pakam. *JURNAL PENGMAS KESTRA (JPK)*, 83-88.
- Setyawati, K. S. (2024). Diagnosis and Clinical Management of Gout Arthritis. *KESANS: International Journal of Health and Science*, 354-363.
- WHO. (2025). *World Health Organization*. Diambil kembali dari Ageing: [https://www.who.int/health-topics/ageing#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/ageing#tab=tab_1)
- Zhao, M., Jian, J., Yang, D., Sun, H., Liu, L., Yan, Z., . . . Zhao, Y. (2024). Knowledge, attitudes, and practices of gouty arthritis in the general population aged>30. *BMC Medical Education*.
- Zhu, Y., Pandya, B. J., & Choi, H. K. (2011). Prevalence of gout and hyperuricemia in the US general population: the National Health and Nutrition Examination Survey 2007-2008. *Arthritis and rheumatism*, 3136–3141.