

PENGARUH KOMBINASI PEMBERIAN REBUSAN DAUN SALAM DAN JAHE TERHADAP PENURUNAN KADAR ASAM URAT PADA LANSIA DI PUSKESMAS PEMBANTU KAMPUNG MAWAN DISTRIK MANDOPO PAPUA TAHUN 2023

Diana Yolanda Ameron^{1*}, Mahyar Suara²

^{1,2}, Program Studi Sarjana Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara
Jakarta

Corresponding Author: dianayolandadiana@gmail.com

ABSTRAK

Seiring bertambahnya usia, lansia menghadapi masalah kesehatan seperti asam urat, penyakit radang sendi yang menyakitkan, yang memerlukan penanganan yang tepat, termasuk menjaga kadar asam urat normal, pengobatan, dan perubahan gaya hidup. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas kombinasi pemberian rebusan daun salam dan jahe terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia di Puskesmas Pembantu Kampung Mawan distrik Mandopo Papua Tahun 2023. Jenis penelitian yang di gunakan yaitu penelitian kuantitatif pola eksperimen sungguhan, rancangan yang di gunakan yaitu *pretest-posttest control group design*. Teknik sampel yang digunakan adalah random sampling yaitu 30 responden yang memiliki kadar asam urat tinggi. Dengan pengolahan data dilakukan secara univariat dan bivariate dengan bantuan computer program SPSS versi 20. Berdasarkan hasil uji statistik nilai $p \text{ value } 0,000 < \alpha (0,05)$ dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan beda rata-rata 1,4. Sehingga dengan lansia meminum rebusan daun salam dan Jahe lebih efektif menurunkan kadar asam urat menjadi normal dibanding lansia tanpa meminum rebusan daun salam dan Jahe di Puskesmas Pembantu Kampung Mawan distrik Mandopo Papua tahun 2023. Pada lansia yang mengalami kadar asam urat tinggi bisa menggunakan rebusan daun salam dan jahe sebagai salah satu solusi atau alternatif untuk mempercepat penurunan kadar asam urat yang tinggi pada lansia.

Kata Kunci: Asam Urat, Lansia, Daun Salam, Jahe

ABSTRACT

As they age, seniors face health problems such as gout, a painful arthritis, which requires appropriate treatment, including maintaining normal uric acid levels, medication, and lifestyle changes. The aim of this research is to determine the effectiveness of the combination of giving decoction of bay leaves and ginger to reduce uric acid levels in the elderly at the Kampung Mawan Sub-Public Health Center, Mandopo district, Papua in 2023. The type of research used is quantitative research with a real experimental pattern, the design used is pretest-posttest control group design. The sampling technique used was random sampling, namely 30 respondents who had high uric acid levels. Data processing was carried out univariately and bivariate with the help of the SPSS version 20 computer program. Based on the statistical test results, the $p \text{ value } 0.000 < \alpha (0.05)$, it can be concluded that there is a significant difference between the experimental group and the control group with an average difference of 1,4. So, elderly people drinking a decoction of bay leaves and ginger is more effective in reducing uric acid levels to normal than elderly people without drinking a decoction of bay leaves and ginger at the Mawan Village Sub-Public Health Center, Mandopo district, Papua in 2023. Elderly people who experience high uric acid levels can use boiled bay leaves. and ginger as a solution or alternative to accelerate the reduction of high uric acid levels in the elderly.

Keywords: Uric Acid, Elderly, Bay Leaves, Ginger



I. PENDAHULUAN

Setiap manusia pasti merasakan proses perkembangan dan pertumbuhan dari bayi hingga menjadi tua. Masa tua adalah masa hidup manusia yang terakhir, dimana pada masa ini seseorang mengalami dekadensi fisik, mental dan social, sehingga tidak dapat mengerjakan tugas kesehariannya sendiri. Berdasarkan data *World population Ageing*, pada tahun 2019 terdapat lebih dari 703 juta jumlah lansia secara global. Jumlah lansia di Indonesia pada tahun 2019 mencapai 9,60 persen atau sekitar 25,64 juta orang (Mahendro Prasetyo Kusumo, 2020). Jumlah orang lanjut usia (Lansia) di Indonesia saat ini sekitar 27,1 juta orang atau hampir 10% dari total penduduk. Pada tahun 2025 diproyeksikan jumlah Lansia meningkat menjadi 33,7 juta jiwa (11,8%). Peningkatan jumlah Lansia dengan berbagai masalah kesehatannya menjadi tantangan bagi kita untuk mempersiapkan Lansia yang sehat dan mandiri, agar meminimalisir beban bagi masyarakat dan negara (Kemeskes, 2021).

Semakin bertambah usia, tubuh menjadi semakin rentan mengalami gangguan kesehatan. Lansia banyak menghadapi sekian banyak masalah kesehatan yang butuh penanganan segera dan terintegrasi. Dikarenakan menurunnya fungsi organ sehingga lansia harus memiliki manajemen yang tepat dalam menjaga kesehatannya. Salah satunya adalah asam urat. Asam urat adalah jenis radang sendi yang umum dan menyakitkan. Ketika tubuh memiliki kadar asam urat yang tinggi, kristal tajam bisa terbentuk di jempol kaki atau area persendian lainnya dan menyebabkan rasa sakit yang hebat, pembengkakan dan kekakuan pada sendi. Kondisi ini dapat berlangsung selama beberapa hari bahkan berminggu-minggu. Oleh karena itu, penting bagi lansia untuk menjaga kadar asam urat tetap normal agar terhindar dari penyakit yang menyiksa tersebut. Selain mengonsumsi obat-obatan, perubahan pola makan dan gaya hidup juga bisa membantu mengendalikan asam urat.

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di tempat penelitian terdapat 42 lansia, antara lain menderita penyakit asam urat yang terbilang cukup tinggi yaitu 22 lansia (52,4%), 12 lansia (28,6%) yang terkena rematik dan 8 lansia (19%) yang terkena ISPA. Maka harus ada upaya yang dapat di berikan selain terapi farmakologi. Di sini Penulis akan memberikan terapi non farmakologis atau disebut juga terapi komplementer. Terapi komplementer yang penulis maksud yaitu dengan cara memberikan kombinasi pemberian rebusan daun salam dan jahe untuk menurunkan kadar asam urat yang dialami oleh lansia. Kombinasi daun salam dan jahe juga menawarkan kekuatan super dalam bidang nutrisi, salah satunya dengan memanfaatkan airnya dengan berbagai nutrisi, seperti: vitamin A, C, magnesium, kalsium, mangan, kalium, dan zat besi yang sehat (Orami, 2022). Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Pengaruh kombinasi pemberian rebusan daun salam dan jahe terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia di Puskesmas Pembantu Kampung Mawan distrik Mandopo Papua.

II. METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah two group pre-posttest design. Dalam desain

ini responden dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Yang diberikan perlakuan yaitu kelompok eksperimen dan yang tidak diberikan perlakuan yaitu kelompok kontrol. Dalam penelitian ini kelompok eksperimen maupun kontrol tidak dipilih secara random (Sugiyono, 202

III. HASIL

1. Analisis Univariat

Tabel 1 Distribusi frekuensi berdasarkan Demografi pada lansia dengan kadar asam urat tinggi di Puskesmas Pembantu Kampung Mawan Distrik Mandopo Papua tahun 2023

No	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	Jenis Kelamin		
	Laki - laki	16 orang	53,3 %
	Perempuan	14 orang	46,7 %
2	Usia		
	45-59 tahun	20 orang	66,7 %
	60-74 tahun	10 orang	33,3 %
	75-90 Tahun	0 orang	0
	> 90 tahun	0 orang	0
3	Pendidikan		
	SD - SMP	18 orang	60 %
	SMA	12 orang	40 %
	D3 - S1	0 orang	0
Total		30 orang	100 %

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan table 1 diatas, dapat dilihat bahwa pada lansia dengan jenis kelamin laki - laki berjumlah 16 responden (53,3%) dan jenis kelamin perempuan berjumlah 14 responden (46,7%). Usia pertengahan (middle age): usia 45-59 tahun berjumlah 20 responden (66,7%), lansia (elderly): usia 60-74 tahun berjumlah 10 responden (33,3%). Lansia dengan berpendidikan SD - SMP berjumlah 18 responden (60%), berpendidikan SMA sebanyak 12 responden (40%)

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Asam Urat Posttest Pada Lansia di Puskesmas Pembantu Kampung Mawan distrik Mandopo Papua tahun 2023

Kadar Asam Urat	Kelompok Eksperimen	%	Kelompok Kontrol	%	Total
	N : 15 orang		N : 15 orang		30 orang

Normal	10 orang	66,7 %	3 orang	20 %
Tinggi	5 orang	33,3 %	12 orang	80%
Total	15 Orang	100%	15 Orang	100% 30/100%

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan Tabel 2 tersebut, diperoleh bahwa pada kelompok eksperimen, lansia yang memiliki kadar asam urat normal sebanyak 10 orang (66,7%) dan asam urat tinggi sebanyak 5 orang (33,3%). Sedangkan pada kelompok kontrol, lansia dengan kadar asam urat normal sebanyak 3 orang (20%) dan yang kadar asam urat tinggi sebanyak 12 orang (80%).

2. Analisis Bivariat

Tabel 3 Efektifitas Kombinasi Pemberian Rebusan Daun Salam Dan Jahe Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Lansia Pada Kelompok Intervensi Dan Kelompok Kontrol.

Kelompok	n	Median (minimum - maksimum)	Rerata±SD	P value
Eksperimen	30	5,33 (4-7)	5,33±1,047	0.000
Kontrol	30	6,73 (4-8)	6,73±1,280	

Sumber: DataPrimer, 2023

Berdasarkan Tabel 5.3 tersebut, Pada pada kelompok eksperimen didapatkan hasil rata-rata penurunan kadar asam urat lansia setelah meminum rebusan daun salam dan Jahe adalah 5,33 dengan standar deviasi 1,047. Sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan rata-rata penurunan kadar asam urat yaitu 6,73 dengan standar deviasi 1,280. Kemudian dilakukan uji normalitas didapatkan hasil data tidak berdistribusi normal. Maka peneliti menggunakan alternative lain yaitu menggunakan Uji Mann Withney. Di dapat data sebagai berikut:

Tabel 4 Uji Mann-Whitney

Test Statistics ^a	
	Kadar Asam Urat
Mann-Whitney U	26.500
Wilcoxon W	146.500
Z	-3.675
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.000 ^b
a. Grouping Variable: Kelompok	
b. Not corrected for ties.	

Dari hasil uji statistic didapatkan nilai p- value $0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak yaitu terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata penurunan asam urat setelah setelah meminum rebusan daun salam dan Jahe pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang tidak diberikan rebusan daun salam dan Jahe.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Univariat

1. Distribusi berdasarkan Demografi pada lansia dengan kadar asam urat tinggi di Puskesmas Tanah Merah Kabupaten Boven Digoel Propinsi Papua.

Dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa pada lansia yang kadar asam urat tinggi berdasarkan jenis kelamin, paling banyak dialami dengan jenis kelamin laki - laki yaitu sebanyak 16 responden (53,3%) sedangkan jenis kelamin perempuan berjumlah 14 responden (46,7%). Berdasarkan usia paling tinggi pada usia pertengahan (middle age): usia 45-59 tahun berjumlah 20 responden (66,7%) sedangkan pada lansia (elderly): usia 60-74 tahun berjumlah 10 responden (33,3%). Berdasarkan pendidikan, paling banyak terjadi pada Lansia dengan berpendidikan SD - SMP berjumlah 18 responden (60%), berpendidikan SMA sebanyak 12 responden (40%).

2. Distribusi Frekuensi Asam Urat Posttest Pada Lansia di Puskesmas Pembantu Kampung Mawan distrik Mandopo Papua tahun 2023.

Dari hasil penelitian diperoleh bahwa frekuensi asam urat pada lansia yang semula berkadar tinggi berjumlah 15 orang (100%), setelah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen mengalami penurunan kadar asam urat yaitu menjadi normal sebanyak 10 orang (66,7%) dan yang kadar asam uratnya masih tinggi sebanyak 5 orang (33,5%). Sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan, semula semua berkadar tinggi berjumlah 15 orang (100%), kadar asam urat mengalami penurunan yaitu yang normal sebanyak 3 orang (20%) dan yang masih tetap tinggi yaitu 12 orang (80%). Hal ini menunjukkan bahwa rebusan daun salam dan jahe sangat signifikan dalam menurunkan kadar asam urat pada lansia.

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sumariono Efendi tahun 2018 yang mengatakan bahwa setelah pemberian terapi kombinasi rebusan daun salam dan jahe pada kelompok perlakuan, mayoritas responden mengalami penurunan kadar asam uratnya, tetapi terdapat satu responden yang mengalami peningkatan setelah pemberian terapi. Pada kelompok pembanding jumlah responden yang mengalami peningkatan kadar asam urat posttest jumlahnya lebih banyak dibanding kelompok perlakuan, kemungkinan besar terdapat faktor-faktor penyebab lain sehingga fakta terjadi yang tidak dapat dihindari, seperti pola makan dan tingkat stres yang dialami responden atau kemungkinan besar karena

faktor gen/ idioptik.

Menurut dr. Dyan Mega tahun 2019 mengatakan bahwa asam urat merupakan zat sisa metabolisme tubuh dan makanan yang sebenarnya normal terdapat di dalam darah. Dalam keadaan normal, kelebihan asam urat akan dibuang melalui air seni. Akan tetapi, bila terjadi gangguan ginjal, kelebihan asam urat ini tidak dapat dibuang dengan optimal. Begitu pula yang terjadi bila seseorang terlalu banyak mengonsumsi makanan tinggi purin. Purin tersebut akan dipecah menjadi asam urat sehingga kadarnya menjadi berlebihan dalam tubuh.

Pada lansia, risiko memiliki kadar asam urat tinggi bisa disebabkan oleh kondisi kesehatan yang dimiliki, seperti diabetes, hipertensi, dan penyakit ginjal (dr. Fadhli Rizal Makarim, 2021).

B. Analisis Bivariat

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa hasil rata-rata penurunan kadar asam urat pada kelompok eksperimen setelah meminum rebusan daun salam dan Jahe adalah 5,33 dengan standar deviasi 1,047 sedangkan penurunan kadar asam urat pada kelompok kontrol didapatkan rata-rata yaitu 6,73 dengan standar deviasi 1,280.

Dari hasil uji statistic didapatkan nilai p - value $0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak yaitu terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata penurunan kadar asam urat pada lansia setelah setelah meminum rebusan daun salam dan jahe pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang tidak meminum rebusan daun salam dan Jahe.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nadia Ameliawati tahun 2021 Hasil penelitian menggunakan uji *Wilcoxon Sing Rank Test* didaptnkan nilai $p = 0,000$. Oleh karena $p < \alpha$ ($0,000 < 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_1 di terima yang artinya ada pengaruh pemberian rebusan daun salam dan jahe terhadap penurunan kadar asam nurat pada lansia.

Selain itu sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Sumariono Efendi tahun 2018 yang mengatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara daun salam dan jahe untuk menurunkan kadar asam urat pada penderita Gout arthritis. Hasil pretest dan posttest untuk kelompok perlakuan menghasilkan $p = 0.000$ dan kelompok pembanding menghasilkan $p = 0,009$ dengan hasil uji independent T-test $p = 0,004$.

Menurut Virdita Ratriani tahun 2023 mengatakan bahwa manfaat daun salam juga bisa membantu menurunkan kadar asam urat. Dikutip dari laman Kementerian Kesehatan, daun salam mengandung senyawa aktif kuersetin, miristin, dan mirisetin yang berperan untuk menurunkan kadar asam urat.

Menurut Halosehat.com tahun 2023 juga mengatakan manfaat jahe untuk

kesehatan antara lain yaitu Jahe merah menawarkan kandungan alami baik yang bisa membawa kadar zat purin yang menumpuk di dalam tubuh untuk turun sampai dengan 90 persen. Jika kadar purin diturunkan secara efektif, otomatis rasa nyerinya akan hilang.

V. KESIMPULAN

Dari hasil penelitian didapat bahwa pada lansia yang kadar asam urat tinggi berdasarkan jenis kelamin, paling banyak dialami dengan jenis kelamin laki - laki yaitu sebanyak 16 responden (53,3%) sedangkan jenis kelamin perempuan berjumlah 14 responden (46,7%). Berdasarkan usia paling tinggi pada usia pertengahan (middle age): usia 45-59 tahun berjumlah 20 responden (66,7%) sedangkan pada lansia (elderly): usia 60-74 tahun berjumlah 10 responden (33,3%). Berdasarkan pendidikan, paling banyak terjadi pada Lansia dengan berpendidikan SD - SMP berjumlah 18 responden (60%), berpendidikan SMA sebanyak 12 responden (40%). Pada kelompok eksperimen lansia yang memiliki kadar asam urat normal sebanyak 10 orang (66,7%) dan asam urat tinggi sebanyak 5 orang (33,3%). Sedangkan pada kelompok kontrol, lansia dengan kadar asam urat normal sebanyak 3 orang (20%) dan yang kadar asam urat tinggi sebanyak 12 orang (80%). Berdasarkan hasil uji statistik nilai p value $0,000 < \alpha (0,05)$ dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan beda rata-rata 1,4. Sehingga dengan lansia meminum rebusan daun salam dan Jahe lebih efektif menurunkan kadar asam urat menjadi normal dibanding lansia tanpa meminum rebusan daun salam dan Jahe di Puskesmas Pembantu Kampung Mawan distrik Mandopo Papua tahun 2023.

DAFTAR PUSTAKA

- Ameliawati, nadia (2021). Pengaruh kombinasi pemberian rebusan daun salam dan jahe terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia di desa sadang kecamatan taman kabupaten sidoarjo. Universitas Of Nahdlatul Ulama Surabaya Repository.
- Anastasia, T. (2019). Asam Urat pada Lansia, Bagaimana Cirinya?. Klikdkter.
- Asfihan. (2023) Pengertian Lansia Menurut Para Ahli. Ruangpengetahuan.
- Dedi. (2022). Terungkap Ini Penyebab Asam Urat yang Sering Dialami Lansia. Viva.co.id
- Efendi, S. Pengaruh Kombinasi Rebusan Daun Salam Dan Jahe Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis. Universitas Airlangga Repository.
- HaloSehat. Jahe Untuk Asam Urat Apakah Efektif Menyembuhkan? Intip Tips Pengolahannya !. HaloSehat.com
- Kemkes. Lansia Bahagia Bersama Keluarga. Kemkes.go.id
- Kurniawan, A. Cara Merebus Daun Salam untuk Asam Urat, Mudah Dilakukan. Merdeka.com
- Makarim, R, F. (2021). Begini Menjaga Asam Urat Normal pada Lansia. Halodoc.cm.
- Ratriani, V. (2023). "10 Manfaat Daun Salam untuk Kesehatan, Bisa Turunkan Kadar Asam Urat". Kesehatan.kontan
- Riadi, M. (2020). Lansia (Pengertian,

- Batasan, Kelompok dan Teori Penuaan). Kajianpustaka.
Romadhona, D, M. 13 Manfaat Rebusan Daun Salam, dari Ujung Kaki hingga Ujung Rambut!. Orami.co.id
Sugiyono. (2022). Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D. Bandung: CV Alfabeta.
Sutriyawan, A. (2021). Metodologi Penelitian kedokteran dan Kesehatan. Bandung: Refika Aditama.
Yuniarti, E. (2022). Penatalaksanaan Gout.

