



**PENYULUHAN SERBUK DAUN SALAM (BAYLEAF CAPS) SEBAGAI
PENURUN KADAR ASAM URAT DI DUSUN WATUPAWON
KEMUNING NGARGOYOSO KARANGANYAR**

Sri Sayekti Heni Sunaryanti, Rusiati, Kholilah, Zanuvar Sodikul Alif, Mutiara Nindya Wati

Program Studi D3 Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesetahan Mamba'ul 'Ulum Surakarta, Jl Ring Road Utara KM 0,3 Tawang Sari, Mojosongo, Jebres, Surakarta 57127

Informasi Artikel

Diajukan: 24/02/2024

Diterima: 26/02/2024

Diterbitkan: 07/03/2024

ABSTRAK

Peningkatan kasus asam urat menjadi masalah kesehatan yang cukup signifikan di masyarakat. Upaya untuk mencari solusi alternatif pengobatan mendorong penelitian ini, yang berfokus pada pemanfaatan serbuk daun salam (bayleaf caps) dalam menurunkan kadar asam urat. Penelitian ini dilakukan di Dusun Watupawon, Kemuning, Ngargoyoso, Karanganyar. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada pengetahuan peserta mengenai manfaat daun salam dalam menurunkan kadar asam urat setelah mengikuti penyuluhan. Selain itu, terdapat peningkatan sikap positif peserta terhadap penggunaan daun salam sebagai pengobatan alternatif. Hal ini mengindikasikan bahwa penyuluhan yang dilakukan efektif dalam mengubah pengetahuan dan sikap peserta. Penelitian ini membuktikan bahwa penyuluhan mengenai serbuk daun salam sebagai penurun kadar asam urat efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan mengubah sikap positif peserta. Daun salam memiliki potensi sebagai alternatif pengobatan asam urat yang aman dan terjangkau. Namun, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan desain penelitian yang lebih kuat untuk membuktikan efektivitas daun salam dalam menurunkan kadar asam urat secara signifikan. Selain itu, diperlukan juga sosialisasi yang lebih luas kepada masyarakat mengenai pemanfaatan tanaman obat sebagai upaya promotif dan preventif kesehatan.

Kata kunci: Asam urat, daun salam, Pendidikan kesehatan.

Korespondensi

Email:

ss.heni.s29@gmail.com

ABSTRACT

The increase in gout cases is a significant health problem in society. Efforts to find alternative treatment solutions prompted this research, which focuses on the use of bay leaf powder (bayleaf caps) in reducing uric acid levels. This research was conducted in Watupawon Hamlet, Kemuning, Ngargoyoso, Karanganyar. The results showed a significant increase in participants' knowledge regarding the benefits of bay leaves in reducing uric acid levels after following the counseling. Apart from that, there was an increase in participants' positive attitudes towards the use of bay leaves as an alternative medicine. This indicates that the counseling carried out was effective in changing participants' knowledge and attitudes. This research proves that education regarding bay leaf powder as a way to reduce uric acid levels is effective in increasing knowledge and changing participants' positive attitudes. Bay

leaves have potential as a safe and affordable alternative treatment for gout. However, further research needs to be carried out with a stronger research design to prove the effectiveness of bay leaves in significantly reducing uric acid levels. Apart from that, wider outreach to the public is also needed regarding the use of medicinal plants as a promotive and preventive health effort.

Key words: Gout, bay leaves, health education.

PENDAHULUAN

Asam urat merupakan senyawa hasil akhir dari metabolisme purin. Ciri – cirinya seperti sendi yang meradang karena tertekan, nyeri, dan pada daerah yang terjadi asam urat akan berwarna kemerahan, sendi terasa kaku dan bengkak (Setianingrum, 2020). Menurut World Health Organization (WHO), terjadi peningkatan jumlah penderita asam urat yang mencapai dua kali lipat pada tahun 1990-2010. Mayoritas penderita asam urat di Indonesia berada pada usia diatas 34 tahun dengan persentase sebesar 68%, penderita asam urat diperkirakan akan meningkat tajam di tahun 2020. Berdasarkan hasil Kemenkes (2021) menunjukkan bahwa penyakit sendi di Indonesia yang berhasil terdiagnosis tenaga kesehatan hanya 11,9% sedangkan di Jawa Tengah tahun 2013 penyakit sendi yang didiagnosis oleh tenaga kesehatan hanya 11,2% (Widiyono & Aryani, 2020).

Penatalaksanaan asam urat menggunakan obat NSAID (NonSteroid Anti Inflammation Drugs) serta obat yang menurunkan kadar asam urat (allopurinol). Konsumsi allopurinol terus menerus dapat menyebabkan efek samping seperti, reaksi hipersensitivitas, perburukan fungsi ginjal, radang pada pembuluh darah, hingga meninggal dunia. Maka dari itu konsumsinya perlu diminimalisir. Sebagai alternatif, digunakan daun salam untuk menurunkan kadar asam urat (Widiyono & Aryani, 2020). Daun salam (*Syzygium polyanthum* Wight) merupakan tanaman obat yang memiliki kandungan kuersetin, miristin, dan mirisetin yang bekerja sebagai penurun kadar asam urat (hiperurisemia). Bagian tanaman yang digunakan daun yang masih segar atau yang sudah dikeringkan (Setianingrum, 2020). Menurut Ellin (2020), pemberian kapsul daun salam pada penderita gout arthritis di Puskesmas Alai Kota Padang dapat mengurangi kadar asam urat. Berdasarkan pernyataan diatas maka dapat dijadikan gambaran dalam melakukan pembuatan inovasi sediaan berupa kapsul serbuk daun salam untuk mengurangi kadar asam urat.

METODE

Pada hari Kamis, 22 Februari 2024 di Dusun Watupawon, Kemuning, Ngargoyoso, Karanganyar dilakukan kegiatan penyuluhan Inovasi Produk Kapsul Serbuk Daun Salam Untuk Menurunkan Kadar Asam Urat Kesehatan yang diikuti oleh para ibu di RW 03 Dusun Watupawon. Kegiatan berlangsung mulai pukul 16.00 - 17.00 WIB, diawali kegiatan seperti pembukaan yang dipimpin oleh MC dan sambutan oleh Ketua Pelaksana. Kegiatan selanjutnya seperti pemaparan materi mengenai penurunan asam urat dengan inovasi kapsul serbuk daun salam menggunakan metode ceramah dengan media leaflet yang dipaparkan oleh Mahasiswa KKN STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta dengan kegiatan berikutnya seperti tanya jawab.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Peserta penyuluhan pendidikan kesehatan didusun Watupawon, Kemuning, Ngargoyoso, Karanganyar dihadiri oleh 15 peserta. Hasil kegiatan diperoleh para ibu di RW 03 mengikuti kegiatan pendidikan kesehatan ini dengan tertib. Pemberian pendidikan ini diharapkan dapat memberikan wawasan kepada para ibu di RW 03 khususnya mengenai bayleaf caps 1 sehingga nantinya ibu - ibu dapat memanfaatkan daun salam untuk penurunan asam urat serta dapat memanfaatkan daun salam dengan baik. Wawasan merupakan langkah awal untuk seseorang dapat merubah perilakunya, terutama dibidang kesehatan. Jika seseorang tidak paham bagaimana cara menjaga kesehatannya, maka perubahan perilaku susah untuk dilakukan.

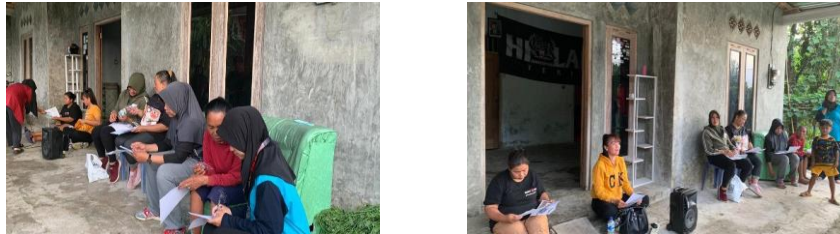
PEMBAHASAN

Peserta penyuluhan pendidikan kesehatan didusun Watupawon, Kemuning, Ngargoyoso, Karanganyar dihadiri oleh 15 peserta. Hasil kegiatan diperoleh para ibu di RW 03 mengikuti kegiatan pendidikan kesehatan ini dengan tertib. Pemberian pendidikan ini diharapkan dapat memberikan wawasan kepada para ibu di RW 03 khususnya mengenai bayleaf caps 1 sehingga nantinya ibu - ibu dapat memanfaatkan daun salam untuk penurunan asam urat serta dapat memanfaatkan daun salam dengan baik. Wawasan merupakan langkah awal untuk seseorang dapat merubah perilakunya, terutama dibidang kesehatan. Jika seseorang tidak paham bagaimana cara menjaga kesehatannya, maka perubahan perilaku susah untuk dilakukan.

Peningkatan kadar asam urat dalam darah bisa dipicu oleh beberapa faktor, termasuk faktor genetik (primer), pengaruh eksternal seperti pola makan yang kurang sehat atau kondisi medis tertentu (sekunder), atau kombinasi keduanya. Penyakit asam urat sering kali berkaitan erat dengan gaya hidup, aktivitas fisik, kondisi kesehatan lainnya, dan faktor keturunan. Penderita asam urat yang sering melakukan aktivitas fisik berat cenderung lebih sering mengalami kekambuhan (Kertia, 2009). Beberapa jenis makanan yang tinggi purin, seperti hati, jeroan, seafood, tape, alkohol, dan makanan kaleng, dapat memperparah kondisi ini. Makanan dengan kandungan purin sedang, seperti daging sapi, kerang, kacang-kacangan, kembang kol, bayam, buncis, jamur, daun singkong, daun pepaya, dan kangkung, juga perlu dihindari atau dikonsumsi dengan hati-hati. Sebaliknya, makanan dengan kandungan purin rendah seperti keju, susu, telur, sayuran, dan buah-buahan, lebih aman untuk dikonsumsi (Suiraoaka, 2012).

Daun salam (*Syzygium polyantha*) merupakan bahan yang hampir selalu ada dalam setiap hidangan Indonesia. Selain populer di Indonesia, daun ini juga sering digunakan dalam masakan Asia lainnya seperti di Malaysia, Thailand, dan Vietnam. Dalam bentuk segar atau kering, daun salam tidak hanya menambah cita rasa pada masakan, tetapi juga dikenal memiliki berbagai manfaat kesehatan. Daun ini dipercaya mampu menurunkan tekanan darah tinggi, meredakan nyeri akibat asam urat, menurunkan kadar kolesterol, dan mengatasi diare. Kandungan kimiawi daun salam, seperti flavonoid, minyak atsiri, tanin, polifenol, serta vitamin B dan C, memiliki sifat diuretik yang membantu meningkatkan produksi urin, sehingga dapat menurunkan kadar asam urat dalam darah. Flavonoid dalam daun salam diyakini berperan penting dalam menghambat enzim xanthine oxidase, yang pada akhirnya membantu mencegah pembentukan asam urat

(Zainaro, 2019). Penurunan kadar asam urat yang lebih mencolok terjadi dalam studi yang dilakukan oleh Febriyanti & Andika (2018). Dalam penelitian ini, intervensi berupa seduhan dari 10 lembar daun salam dalam 400 ml air yang direbus hingga tersisa 200 ml diberikan kepada peserta. Seduhan tersebut diminum dua kali sehari, pagi dan sore, selama tujuh hari. Hasilnya, kadar asam urat mengalami penurunan signifikan dengan perbedaan sebesar 3,9 mg/dl sebelum dan setelah intervensi.



Gambar 1. Penyuluhan Inovasi bayleaf caps



Gambar 2. Produk bayleaf caps.

SIMPULAN

Kegiatan Penyuluhan Inovasi Produk Kapsul Serbuk Daun Salam (Bayleaf Caps) Untuk Menurunkan Kadar Asam Urat Di Dusun Watupawon Kel. Kemuning Kec. Ngargoyoso Kab. Karanganyar berjalan dengan lancar dengan hasil kegiatan warga mendengarkan dan aktif bertanya serta pengetahuan peserta menjadi meningkat setelah dilakukan kegiatan penyuluhan ini.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kami sampaikan kepada Kepala desa, Ketua RW, Ketua RT Di Kelurahan Kemuning, Ngargoyoso, Karanganyar dan juga pihak-pihak yang sudah membantu kami serta telah memberikan dukungan untuk kegiatan ini sehingga tujuan yang diharapkan dapat tercapai. Terimakasih pula kami sampaikan kepada dosen pembimbing yang sudah membantu kami dalam penyusunan artikel ini dan juga terimakasih pada seluruh teman satu kelompok yang telah menyusun artikel ini dengan bekerja sama.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardila, N. (2021). Efektifitas Air Rebusan Daun Salam Terhadap Kadar Asam Urat Pada Lansia Di POSYANDU Lansia Jonggon Jaya Kutai Kartanegara. <https://Dspace.Umkt.Ac.Id/Handle/463.2017/2830>
- Astutik, N.F. (2020). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Tingkat Nyeri Asam Urat (Doctoral Dissertation, Stikes Insan Cendekia Medika Jombang).
- Febriyanti, & Andika, M. (2018). Pengaruh pemberian rebusan daun salam (*syzygium polyanthum*) terhadap kadar asam urat pada lansia. *Menara Ilmu*, XII(4), 39–46. <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/view/1015/871>
- Hazin, F. (2023). Penerapan Kompres Hangat Pada Lansia Asam Urat Dengan Masalah Nyeri Akut Di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Abiyoso Yogyakarta (Doctoral Dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta). [Http://Eprints-Poltekkesjogja.Ac.Id/Id/Eprint/5968](http://Eprints-Poltekkesjogja.Ac.Id/Id/Eprint/5968)
- Nasution, SF, Siregar, AU, & Sari, E. (2023). Pemanfaatan Tanaman Obat Tradisional Untuk Pencegahan Penyakit Asam Urat Di Desa Sisundung Kecamatan Angkola Barat Kabupaten Tapanuli Selatan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Disiplin Sains*, 1 (2), 80-85. <https://Jurnal.Itscience-.Org/Index.Php/Jpmasdi/Article/View/2716>
- Novitasari, Indah. (2021). Analisis Intervensi Pemberian Rebusan Daun Salam Untuk Menurunkan Asam Urat Bagi Lansia Di Wilayah Puskesmas Kelurahan Cengkareng Timur Jakarta Barat (Doctoral Dissertation akademi Keperawatan Peln Jakarta)
- Pratama, SA (2023). Pemberian Jus Nanas Kepada Bapak AS Dengan Diagnosis Asam Urat Di Desa Sungai Asam Kecamatan Karang Intan: Studi Kasus. *Nerspedia*, 5 (3), 265-272. <https://Nerspedia.Ulm.Ac-.Id/Index.Php/Nerspedia-/Article/-View/187>
- Syarif, W.M. (2020). Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Penerapan Kompres Hangat Untuk Menurunkan Skala Nyeri Pada Pasien Ghout Arthritis (Asam Urat): Literature Review (Kti .1603) (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya)
- Suiraoaka, I.P. (2012). Penyakit Degeneratif. Yogyakarta: nuMed
- Zuriati, Z., & Suriya, M. (2020). Efektivitas Pemberian Jus Nenas Dalam Menurunkan Kadar Asam Urat. *Journal Ilmu Kesehatan*. Universitas Binawan Jakarta Timur. <https://Scholar.Archive.Org/Work/Bx3ceywl2-Ndtvc475hdcj-Qblfy/Access/Wayback/https://Jik.Stikesalifah.Ac.Id/Index.Php/Jurnalkes/Article/Download/294/Pdf>
- Zainaro, M. Arifki, et al. "Penggunaan daun salam terhadap klien asam urat untuk menurunkan kadar asam urat di Kelurahan Gunung Agung." *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) 4.1* (2021): 18-25.