

Pemberian Air Rebusan Daun Salam Untuk Menurunkan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis Kelurahan Cijati Munjul Kabupaten Majalengka

**Aat Agustini¹, Wawan Kurniawan², Hera Hijriani³, Sri Wahyuni⁴,
Lia Reka Rahmawari⁵**

^{1,2,3,4,5} Universitas Yayasan Pendidikan Imam Bonjol Majalengka, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Aat Agustini

E-mail: aatagustini4.mjl@gmail.com

Abstrak

Pada arthritis gout, peningkatan kadar asam urat darah disebabkan oleh penumpukan kristal monosodium di berbagai jaringan tubuh, yang menyebabkan peradangan sendi. Di antara banyak potensi risiko kesehatan yang terkait dengan peningkatan kadar asam urat adalah gangguan fungsi ginjal, termasuk sekresi asam urat yang berlebihan atau penurunan fungsi ginjal. Daun salam merupakan salah satu alternatif obat untuk menurunkan kadar asam urat dalam darah karena kandungan tanin, flavonoid, dan minyak atsiri yang dikandungnya. Jika Anda sedang mencari alternatif pengobatan, Anda bisa mencoba meminum 200 ml air panas dengan daun salam terlebih dahulu di pagi hari dan sebelum tidur. Ini akan membantu meringankan rasa sakit yang mengganggu aktivitas Anda sehari-hari. Layanan ini bertujuan untuk mengetahui apakah pasien gout arthritis dapat menurunkan kadar asam uratnya dengan meminum air panas infus daun salam. Desain quasi eksperimen penelitian ini didasarkan pada desain one-group pre-test-post-test dengan metode purposive sampling. Rata-rata kadar asam urat sebelum ibadah dimulai adalah 7.293 mg/dl, namun turun menjadi 5.280 mg/dl setelah mendapat air hangat dengan daun salam.

Kata Kunci - kadar asam urat, daun salam, gout arthritis

Abstract

In gouty arthritis, an increase in blood uric acid levels is caused by the accumulation of monosodium crystals in different bodily tissues, which leads to joint inflammation. Among the many potential health risks associated with elevated uric acid levels are disorders of renal function, including an overabundance of uric acid secretion or a decline in kidney function. Bay leaves are an alternative to pharmaceuticals for lowering uric acid levels in the blood because of the tannins, flavonoids, and essential oils they contain. If you're looking for an alternative to medication, you may try taking 200 ml of hot water with bay leaves first thing in the morning and again before bed. This should help alleviate the pain that's getting in the way of your everyday activities. This service aims to determine whether gouty arthritis patients can lower their uric acid levels by drinking bay leaf-infused hot water. A one-group pre-test-post-test design with a purposive sampling method forms the basis of this research's quasi-experimental design. The average uric acid level was 7,293 mg/dl before the service began, but it dropped to 5,280 mg/dl after receiving heated water with bay leaves.

Keywords - uric acid levels, bay leaves, gouty arthritis

PENDAHULUAN

Asam Urat Penumpukan kristal, penyakit yang dikenal sebagai arthritis atau asam urat, dapat terjadi ketika kadar asam urat darah meningkat akibat konsumsi makanan kaya purin. Kadar asam urat yang tidak sehat dapat mengganggu fungsi ginjal, sehingga menyebabkan peningkatan produksi asam urat atau penurunan fungsi ginjal. Menjaga kadar asam urat darah dalam kisaran normal 3,4 mg/dl 7 mg/dl untuk pria dan 2,4 mg/dl-5,7 mg/dl untuk wanita adalah tugas ginjal. (Harlina, 2020).

Meskipun penyakit asam urat lebih umum terjadi di negara-negara kaya seperti Amerika Serikat, prevalensinya terus meningkat baik di negara maju maupun berkembang, seperti Indonesia, yang menyerang 34,2% populasi (Khoerunnisa & Retnaningsih, 2021). Berdasarkan diagnosis yang dibuat oleh penyedia layanan kesehatan di Indonesia, laporan Riskesdas tahun 2018 menemukan bahwa penyakit asam urat menyerang 11,9% populasi, 24,7% populasi berdasarkan kelompok umur, dan 54,8% populasi di atas usia 75 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa penyakit asam urat semakin banyak terjadi di Indonesia. Karena kadar asam urat cenderung meningkat seiring bertambahnya usia, 56.396 orang dalam kelompok usia 65+ tahun menderita penyakit sendi (Sueni et al., 2021). Berdasarkan statistik yang dihimpun dari Puskesmas Munjul, terdapat 186 orang yang rutin memeriksakan kadar asam uratnya pada tahun 2022, sedangkan 40 orang melakukan hal yang sama pada bulan Januari hingga Maret 2023. Data menunjukkan jumlah tersebut meningkat dari 116 orang pada tahun 2020 menjadi 186 orang. pada tahun 2022, dengan rata-rata pasien berusia 40 tahun ke atas yang mengunjungi fasilitas kesehatan karena gejala ketidaknyamanan sendi. (Indriyani, 2022).

Pasien asam urat memerlukan terapi yang efektif dan aman karena tingkat keparahan kondisinya. Ada pendekatan farmakologis dan non-farmakologis untuk mengobati asam urat. Obat antiinflamasi, bila dikonsumsi dalam dosis tinggi, dapat membantu meringankan rasa sakit dan peradangan. Terapi komplementer merupakan salah satu pilihan non-farmakologis.

Jika dibandingkan dengan terapi konvensional, pengobatan komplementer lebih aman bagi tubuh. Selain mampu meningkatkan kesehatan secara aman dan komprehensif, manfaatnya jauh lebih hemat biaya dibandingkan pengobatan masa kini. Pada saat ini, pengobatan komplementer dapat dianggap sebagai pengganti pengobatan konvensional (Wati et al., 2022). Sebagai tanaman obat, daun salam (*Syzygium polyanthum wight*) dapat menurunkan kadar hiperurisemia dalam darah.

Tanin, minyak atsiri, dan komponen flavonoid yang terdapat pada daun salam dapat membantu meringankan arthritis gout. Ikatan rangkap struktur flavonoid memungkinkannya mengendalikan metabolisme asam urat dengan mengikat aktivitas proses degradasi purin. Untuk lebih membantu menghilangkan kelebihan asam urat, tanin dan minyak esensial dapat meningkatkan produksi urin oleh ginjal. Referensi: (Widiyono et al., 2020). Alternatif obat pereda nyeri yang diresepkan, intervensinya adalah dengan meminum 200 ml air panas dengan daun salam dua kali sehari, sebelum tidur dan pagi hari. Banyak orang yang masih belum menyadari bahwa daun salam memiliki kegunaan lain, seperti menurunkan kadar kolesterol, meredakan nyeri asam urat, dan menurunkan tekanan darah (berkat mineral yang terkandung dalam daun salam yang membantu memperlancar peredaran darah). Flavonoid daun salam adalah anti-oksidan yang dapat menghentikan peroksidasi lipid. Salah satu komponen daun salam yang dapat meningkatkan lipid secara sinergis adalah tanin (Wati et al., 2022).

“Pengaruh pemberian air rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat” mendorong tim pengabdian untuk mendalami. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk melihat apakah pasien arthritis gout dapat menurunkan kadar asam uratnya dengan merebus air bersama daun salam.

METODE

Pengabdian ini diawali dengan proses perijinan dari Puskesmas Munjul dan kelurahan Cijati untuk mendapatkan data penderita gout arthritis. Lima belas peserta dengan riwayat asam urat memberikan data utama yang digunakan dalam penelitian ini. Setelah kelompok memutuskan kontrak

berikut, mereka akan mengunjungi responden untuk mendapatkan Informed Consent. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat berlangsung selama 1 minggu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Luaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan selama satu minggu ini adalah sebagai berikut:

Tabel 1.

Hasil observasi

Terjadi penurunan kadar asam urat baik sebelum maupun sesudah pemberian air rebusan daun salam.

Responden	JK	Kadar asam urat sebelum perlakuan	Pengamatan ke-														Kadar asam urat sesudah perlakuan	Hasil	
			1		2		3		4		5		6		7				
			P	S	P	S	P	S	P	S	P	S	P	S	P	S			
001	P	6,7	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	6,1	TN
002	L	8,8	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	8,2	TN
003	P	7,1	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	5,2	N
004	P	6,4	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	6	TN
005	P	9,2	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	4	N
006	L	7,9	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	7,1	TN
007	L	9,7	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	8,1	TN
008	L	8,3	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	6,6	N
009	P	6,6	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	6,4	TN
010	P	8,1	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	4,7	N
011	P	6,6	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	6,4	TN
012	L	7,2	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	6	N
013	L	9,1	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	7,9	TN

Aat Agustini et al, Pemberian Air Rebusan Daun Salam Untuk Menurunkan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis Kelurahan Cijati Munjul Kabupaten Majalengka

014	P	6	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	5,7	N
015	P	7,1	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	5,2	N

Tabel 2.

Kajian Kadar Asam Urine Wilayah Pelayanan UPTD Puskesmas Munjul Tahun 2023 Sebelum Direbus Air Daun Salam Untuk Penderita Asam Urat

Variabel	Mean	Median	S.D	Min	Maks	95% Ci
Kadar asam urat sebelum pemberian air rebusan daun salam (Pre Test)	7.2933	7.2000	2.1379	6.00	9.700	6.1094- 8.4772

Tabel 3.

Penderita penyakit gout yang mendapat air hangat dengan daun salam di wilayah UPTD Puskesmas Munjul Kabupaten Majalengka pada tahun 2023 telah dideskripsikan kadar asam uratnya.

Variabel	Mean	Median	S.D	Min	Maks	95% Ci
Kadar asam urat sesudah pemberian air rebusan daun salam (Post Test)	5.2800	6.1000	2.6689	4.00	8.200	3.80200- 6.75800

Kadar asam urat pada pasien gout arthritis adalah 7,293% (mean = 7.200 mg/dl, standar deviasi = 2.135 mg/dl) sebelum mengkonsumsi air rebusan daun salam, seperti terlihat pada tabel di atas. Kadar asam urat maksimum sebesar 9,70 mg/dl, sedangkan kadar terendah sebesar 6,00 mg/dl. Hasil pengabdian yang dilakukan pada responden yang memiliki riwayat penyakit *gout arthritis* sebagian besar kurang memperhatikan pola makan dan kurangnya pengetahuan akan makanan yang harus dihindari untuk penyakit *gout arthritis*. Kebiasaan makanan yang dikonsumsi oleh sebagian responden yaitu memilih memakan makanan yang tinggi mengandung purin hal ini menjadi pemicu timbulnya penyakit *gout arthritis*.

Gout arthritis adalah kelainan yang mengganggu metabolisme purin tubuh, menyebabkan peningkatan kadar asam urat darah dan peradangan sendi. Kadar asam urat bisa meningkat karena berbagai alasan, termasuk kelebihan berat badan, terlalu banyak minum alkohol, memiliki masalah kesehatan termasuk diabetes dan hipertensi, serta gangguan fungsi ginjal. Kisaran normal asam urat pada pria adalah 3,4–7 mg/dl, sedangkan pada wanita adalah 2,4–5,7 mg/dl (Cumayunaro, 2017).

Petugas Puskesmas Munjul dapat mengedukasi pasien mengenai manfaat pemberian air rebusan daun salam dan berupaya untuk meresepkannya sebagai pengobatan alternatif yang aman untuk arthritis gout dan menurunkan kadar asam urat. Selain mengatur makanan dan mengikuti perintah profesional medis, penderita arthritis gout dapat mencoba pengobatan alternatif: minum air yang dicampur dengan daun salam. Menurunkan kadar asam urat dimungkinkan dengan ini.

Air panas dengan daun salam menghasilkan kadar asam urat rata-rata 5.280 mg/dl, median 6.100,

dan standar deviasi 2.668 pada pasien artritis gout, menurut data (lihat tabel). Kadar asam urat bisa berkisar antara 4,00 mg/dl hingga 8.200 mg/dl. Di sini, pengurangan tersebut berhasil karena pasien mengikuti SOP pemberian air rebusan daun salam; Sebaliknya, jika pasien tidak mengalami penurunan, hal ini mungkin disebabkan oleh pola makan yang tidak teratur akibat artritis gout atau masalah lainnya.

Contoh kondisi yang dapat diobati termasuk artritis gout serta pencegahan dan pengobatannya. Hindari hal ini dengan mengonsumsi cukup air dan buah untuk menjaga hidrasi yang tepat. Hentikan kebiasaan berbahaya seperti makanan cepat saji, kerang, alkohol, dan makanan yang banyak mengandung purin. Ada cara farmakologis dan nonfarmakologis untuk mengatasi gejala. Obat anti inflamasi nonsteroid (NSAID), urikurotics, dan Ixo adalah beberapa obat yang digunakan dalam pengobatan. Pengobatan herbal, termasuk pemberian air rebusan daun salam, merupakan salah satu alternatif intervensi farmasi (Efendi, 2017).

Sederhananya, vitamin yang terkandung dalam daun salam sangat baik untuk tubuh Anda. Daun salam mengandung berbagai vitamin dan mineral, antara lain riboflavin, niasin, vitamin B6, vitamin A, vitamin C, dan asam folat. Daun salam mengandung berbagai komponen kimia, termasuk tanin, minyak atsiri, dan flavonoid, yang memberikan nilai terapeutik dalam pengobatan asam urat. Struktur dua ikatan flavonoid dapat menempel pada proses pemecahan purin dan mengikat aktivitas kerja, mengatur metabolisme pembentukan asam urat. Selain itu, tanin dan minyak esensial dapat meningkatkan produksi urin, yang berarti Anda akan mengeluarkan lebih banyak asam urat dari biasanya (Yuningtyas et al., 2021).

Penyedia layanan kesehatan di Munjul dapat membantu pasien dalam menurunkan kadar asam urat darah mereka dengan menginstruksikan mereka tentang penggunaan air rebusan daun salam yang benar. Pasien dengan artritis gout dapat mengambil pendekatan terapi alternatif dengan mengikuti anjuran dokter dan mengonsumsi air panas dengan daun salam, selain menurunkan faktor risikonya.

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat meliputi :

- 1) Kenakan perlengkapan keselamatan Anda, termasuk masker wajah dan sarung tangan.
- 2) Memperkenalkan diri terhadap responden, begitupun responden memperkenalkan diri terhadap peneliti.
- 3) Menjelaskan dan rinci mengenai tujuan pemberian air rebusan daun salam serta manfaat kegiatan yang akan dilakukan kepada responden dan keluarga responden
- 4) Responden berpartisipasi dalam proses penelitian, setelah responden menyatakan bersedia mengikuti prosedur penelitian, selanjutnya peneliti meminta responden untuk menandatangani formulir *informed consent*.
- 5) Untuk memulai, lakukan pembacaan glukosa asam urat (GU) menggunakan alat pengukur mudah disentuh dengan merek yang sama dengan yang Anda gunakan untuk pretest. Setelah selesai pengukuran kemudian peneliti memberikan penjelasan kepada responden mengenai SOP pemberian daun salam. Responden mendapat penjelasan dan contoh membuat air rebusan daun salam terlebih dahulu, yaitu daun salam sebanyak 7 gram dicuci terlebih dahulu, lalu masukan air sebanyak 400 ml kedalam panci yang sudah di isi air, panaskan hingga mendidih sekitar 15 menit dengan api sedang dan sisakan 200 ml, saring air hingga terpisah dengan daun, kemudian masukan rebusan air daun salam kedalam gelas yang sudah disediakan
- 6) Peneliti menyarankan untuk mencoba air mendidih dengan daun salam. Kemudian responden mengonsumsi yang pertama, untuk hari kedua dan seterusnya responden diberi daun salam yang masih segar oleh peneliti untuk melakukannya sendiri sesuai dengan SOP dan contoh yang sudah diberitahukan. Untuk memastikan responden melakukannya dengan cara peneliti meminta bantuan kader setempat selama 7 hari penelitian untuk memantau.



Gambar 1.

Memeriksa kadar asam urat pada penderita gout arthritis

KESIMPULAN

Lima belas peserta penderita gout arthritis berpartisipasi dalam proyek pengabdian masyarakat yang melibatkan pemberian air matang yang terbuat dari daun salam setiap hari. Setelah satu minggu pengobatan, kadar asam urat partisipan mengalami penurunan. Proyek ini berlokasi di Kecamatan Cijati Kabupaten Majalengka, Jawa Barat. Setelah mengonsumsi air rebusan daun salam, rata-rata kadar asam urat turun dari 7.293 mg/dl menjadi 5.280 mg/dl. Temuan-temuan ini menyoroti perlunya terus-menerus akan lebih banyak inisiatif pelayanan masyarakat yang didorong oleh insentif dan program, termasuk distribusi air rebusan daun salam untuk mencapai dan memberikan hasil terbaik secara berkelanjutan. Di puskesmas, Anda mungkin belajar membuat air daun salam sendiri, sehingga bisa diminum setiap hari tanpa bantuan orang lain.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kami ucapkan pada Civitas akademik dan LPPM Universitas YPIB Majalengka atas dukungan moril dan materiil sehingga terlaksananya program pengabdian kepada Masyarakat ini dengan lancar dan sukses.

DAFTAR PUSTAKA

- Cumayunaro, A. (2017). REBUSAN DAUN SALAM UNTUK PENURUNAN KADAR ASAM URAT DAN INTENSITAS NYERI ARTHRITIS GOUT DI PUSKESMAS ANDALAS PADANG. *MENARA Ilmu*, XI(75), 1–8.
- Efendi, S. (2017). *PENGARUH KOMBINASI REBUSAN DAUN SALAM DAN JAHE TERHADAP PENURUNAN KADAR ASAM URAT PADA PENDERITA GOUT ARTHRITIS*.
- Harlina, R. P. (2020). *GAMBARAN KADAR ASAM URAT PADA LANSIA (Studi di Puskesmas Maospati, Kabupaten Magetan)*.
- Indriyani, D. A. (2022). *EFEKTIFITAS PEMBERIAN JUS NANAS DAN AIR REBUSAN DAUN SALAM TERHADAP KADAR ASAM URAT PADA LANSIA DI PUSKESMAS MAJALENGKA KABUPATEN MAJALENGKA TAHUN 2022*. STIKes Kuningan.
- Khoerunnisa, V. A., & Retnaningsih, D. (2021). PENGARUH REBUSAN DAUN SALAM TERHADAP PENURUNAN KADAR ASAM URAT PADA PENDERITA GOUT ARTHRITIS DI DESA SEMPU KEC. LIMPUNG KAB. BATANG Vega. *Jurnal Ners Widya Husada*, 8(2), 1–10.
- Sueni, Haniarti, & Rusman, A. D. P. (2021). ANALISIS PENYEBAB FAKTOR RESIKO TERHADAP PENINGKATAN PENDERITA GOUT (ASAM URAT) DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUPPA KECAMATAN SUPPA KABUPATEN PINRANG Analysis of the Causes of Risk Factorcrs

- For the Increase in Patients With Gout (Gout) in the Work Area. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 4(1), 1–9.
- Wati, Y. S., Susanti, K., Sari, I. P., & Studi, P. (2022). EFEKTIFITAS REBUSAN DAUN SALAM TERHADAP PENURUNAN KADAR ASAMURAT PADA PENDERITA GOUTPUSKESMAS REJOSARI PEKANBARU. *Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal OfNursing Sciences)*, 11(1), 125–133.
- Widiyono, Aryani, A., & Sartagus, R. A. (2020). PENGARUH REBUSAN DAUN SALAM TERHADAP PENURUNAN KADAR ASAM URAT PADA LANSIA. *Jurnal Perawat Indonesia*, 4(2), 413–423.
- Yuningtyas, S., Masaenah, E., & Telaumbanua, M. (2021). VITAMIN C DARI KOMBUCHA DAUN SALAM (*Syzygium polyanthum* (Wight) Walp .). *Jurnal Farmamedika*, 6(1), 10–14.