

## Sosialisasi Penyakit Populer Dikalangan Muda-Mudi Melalui Penerapan Pola Hidup Sehat

**Ratna Mildawati<sup>1</sup>, Ary Kristijono<sup>2</sup>, Fendy Prasetyawan<sup>3</sup>, Yuneka Saristiana<sup>4</sup>, Bandhi Prasetya Nugroho<sup>5</sup>**

<sup>1,2,5</sup> Program Studi Farmasi, Stikes Ganesha Husada Kediri

email: [ratnamildawati@gmail.com](mailto:ratnamildawati@gmail.com), [bandhipn@stikesganesahahusada.ac.id](mailto:bandhipn@stikesganesahahusada.ac.id)

<sup>3,4</sup> Fakultas Farmasi, Universitas Kadiri

email: [nexa.rist@gmail.com](mailto:nexa.rist@gmail.com), [fendy.pra@gmail.com](mailto:fendy.pra@gmail.com)

### Abstrak

*Penyakit persendian merupakan penyakit tidak menular yang banyak dialami oleh kalangan remaja dan paruh baya. Penyakit ini banyak diderita oleh kelompok umur diatas 15 tahun yang menjadi penyebabnya berbagai komplikasi. Tujuan dari program ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat khususnya remaja dan paruh baya dan pemahaman terhadap penyakit Asam urat dan kolesterol, terutama mengenai cara pencegahannya, sehingga dapat membantu perbaikan kualitas kesehatan masyarakat. Metode kegiatan ini dilakukan dengan cara edukasi dan sosialisasi secara daring dan luring yang dilakukan dalam tiga tahap. Tahap pertama adalah persiapan kegiatan, tahap kedua pelaksanaan kegiatan, dan tahap ketiga adalah pelaksanaan kegiatan evaluasi dan pembuatan laporan. Pelaksanaan kegiatan ini meliputi tahapan pemberian materi, tanya jawab serta diakhiri dengan posttest. Hasilnya setelah diberikan materi dan posttest menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman tentang penyakit populer sesuai dengan posttest skor. Diharapkan dengan adanya sosialisasi ini mampu untuk mencegah panyakit populer yang banyak dialami sebagian besar masyarakat muda, sehingga dapat meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat.*

**Kata kunci:** sosialisasi, asam urat, kolesterol

### Abstract

*Joint disease is a non-communicable disease that is often experienced by teenagers and middle-aged people. This disease is mostly suffered by the age group over 15 years which causes various complications. The aim of this program is to increase public knowledge, especially teenagers and middle-aged people, and understanding of gout and cholesterol, especially regarding how to prevent it, so that it can help improve the quality of public health. The method of this activity is carried out by means of online and offline education and socialization which is carried out in three stages. The first stage is preparation of activities, the second stage is implementation of activities, and the third stage is implementation of evaluation activities and preparation of reports. The implementation of this activity includes the stages of providing material, question and answer and ending with a posttest. The results after being given the material and the posttest showed an increase in knowledge and understanding about popular diseases according to the posttest score. It is hoped that this socialization will be able to prevent popular diseases that most young people experience, so that it can improve the quality of public health.*

**Key words:** socialization, gout, cholesterol

---

### Article Info

Received date: 20<sup>th</sup> January 2024

Revised date: 24<sup>th</sup> January 2024

Published date: 30<sup>th</sup> January 2024

---

## **1. PENDAHULUAN**

Peningkatan kadar asam urat dalam darah (hiperurisemia), yaitu jika kadar asam urat darah lebih dari 7,5 mg/dl (Damayanti D, 2012). Hiperurisemia yang lama dapat merusak sendi, jaringan lunak, dan ginjal. Hiperurisemia bisa juga tidak menampilkan gejala klinis/asintomatis (Misnadiarly, 2008). Prevalensi penyakit asam urat di Indonesia berdasarkan Riskesdas 2018 didapatkan persentase sebesar 7,3%. Jawa timur dengan presentase 6,72% dari penduduk di atas usia 15 tahun (Kemenkes RI, 2018).

Hiperurisemia disebabkan oleh dua faktor utama, yaitu meningkatnya produksi asam urat dalam tubuh yang disebabkan karena leukimia atau kanker darah yang mendapat terapi sitostatika dan kurangnya pengeluaran asam urat melalui ginjal (gout renal) akibat kerusakan dari ginjal. Faktor lain yang dapat mempengaruhi adalah nutrisi, obat, obesitas, dan usia (Rothenbacher et al., 2011).

Peningkatan kadar kolesterol LDL (Low Density Lipid) darah merupakan salah satu faktor resiko utama dari penyakit kardiovaskular selain diabetes dan hipertensi. Berdasarkan Riskesdas oleh Kemenkes RI pada tahun 2018, 10% dari 713.783 responden yang diteliti dari 34 provinsi menderita stroke, di Jawa timur sendiri persentasenya meningkat menjadi 12,4% responden penderita stroke yang faktor resiko utama dari penyakit ini adalah peningkatan kadar kolesterol LDL (Kemenkes RI, 2018).

Kadar kolesterol yang tinggi dapat meningkatkan tekanan darah, menyebabkan gejala-gejala hipertensi seperti pusing, lemas, dan lain-lain. Selain itu juga dapat meningkatkan deposit lemak di beberapa bagian tubuh, sehingga menyebabkan peningkatan berat badan dan menyebabkan penyakit liver. Kadar kolesterol LDL yang tinggi juga dapat menyebabkan pembentukan plak di pembuluh darah. Jika hal ini terjadi pada pembuluh darah vital seperti arteri koronaria pada jantung atau arteri-arteri di otak dapat berakibat fatal, seperti stroke, hingga serangan jantung yang dapat menyebabkan kematian mendadak (Menet, 2018).

Penyebab tingginya prevalensi penyakit populer seperti yang dijelaskan di atas disebabkan karena pola hidup dan faktor risiko klinis, seperti obesitas, kurangnya aktivitas fisik, tekanan darah tinggi, gangguan toleransi

glukosa, kolesterol tinggi, diet tidak sehat, merokok, dan konsumsi alkohol berlebih yang telah diidentifikasi oleh WHO sebagai faktor risiko mendasar pada sebagian besar PTM yang dapat dicegah (Peters et al., 2018). Edukasi dan sosialisasi yang tepat mengenai pencegahan PTM yang populer di masyarakat terutama penyakit jantung, diabetes, dan penyakit sendi menjadi tujuan utama dikarenakan berdasarkan wawancara dengan masyarakat sekitar ketiga penyakit tersebut kerap diderita oleh masyarakat setempat sehingga diperlukan pemahaman dari setiap individu mengenai hal ini, mulai dari perjalanan, penyebab, tatalaksana terkait penyakit agar dapat melakukan strategi pencegahan dan penanganan dari kondisi yang paling sesuai dengan keadaan masing-masing (Arsana et al., 2019).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dikarenakan tingginya angka penyakit asam urat, dan kolesterol di masyarakat Jawa Timur berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, sehingga untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terutama usia dewasa muda dan tua agar mengetahui betapa pentingnya menjaga pola hidup untuk mencegah penyakit populer dan harapannya dapat membantu masyarakat untuk terhindar dari penyakit dengan tujuan akhir dapat meningkatkan kualitas hidup di semua kelompok usia (Kemenkes RI, 2018).

Adapun kegiatan ini berupa edukasi dan sosialisasi secara daring maupun luring terkait penyakit-penyakit populer yang banyak diderita oleh masyarakat khususnya pada Karang Taruna desa Ngancar dengan tiga tahapan, yaitu tahap pertama yakni persiapan kegiatan, tahap kedua adalah pelaksanaan kegiatan, dan tahap ketiga yakni evaluasi dengan pretest dan posttest.

## **2. METODE**

Metode pelaksanaan pengabdian ini menggunakan tahapan; mulai dari perizinan kemudian menganalisa masalah kurangnya edukasi terkait dengan penyakit populer sehingga banyak muda-mudi yang terkena asam urat dan kolesterol, Kemudian Mengatur jadwal untuk dapat melaksanakan penyuluhan secara virtual. Kegiatan ini dilakukan melalui pertemuan dengan seluruh karang taruna dalam bentuk sosialisasi dan pemeriksaan kesehatan.

Sosialisasi bertujuan meningkatkan wawasan dan pengetahuan ibu-ibu pengajian terkait permasalahan penyebab dan cara pengobatan sederhana penyakit populer meliputi: gout dan hyperlipidemia/kolesterol. Pemeriksaan kesehatan dengan alat easy touch® GCU (glucose, cholesterol, uric acid). dilakukan untuk memberikan kemudahan kepada anggota karang taruna melakukan pemeriksaan kesehatan secara mandiri sebelum melakukan pengobatan ke tempat pelayanan kesehatan. Tahapan rencana kegiatan pengabdian secara umum terbagi menjadi empat tahapan kegiatan yaitu perencanaan dan persiapan, pelaksanaan, evaluasi, dan pelaporan serta publikasi

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat pada bulan Februari 2023, yang dilakukan melalui empat tahapan kegiatan yaitu perencanaan dan persiapan meliputi proses perizinan kepada pihak desa, persiapan materi dan pendukung kegiatan sosialisasi, pelaksanaan, evaluasi, dan pelaporan serta publikasi diantaranya berupa pemberian materi melalui virtual. Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan di desa Ngancar, Kabupaten Kediri. Pengabdian ini juga dilaksanakan oleh Apoteker dan Dosen sebagai bentuk kolaborasi tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi kepada masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan.



Pada tahap pelaksanaan sosialisasi dilakukan secara daring dengan zoom bersama anggota karang taruna, kegiatan dilakukan dengan alat bantu

berupa slide, video, poster materi sosialisasi yang berupa penjelasan mengenai penyakit yang populer di masyarakat pada akun media sosial dan lembar evaluasi pre-test dan post-test.

Untuk evaluasi dari kegiatan ini dilakukan pretest dan post-test sebagai bahan acuan tingkat pemahaman masyarakat terhadap materi yang diberikan. Pengisian kuesioner oleh responden dilakukan sebelum diberikan edukasi dan setelah diberikan edukasi melalui penyebaran link ke whatsapp grub untuk pengisian form kuesioner.

| No | Indikator   | Pre-test | Post Test |
|----|-------------|----------|-----------|
| 1  | Pengetahuan | 40%      | 90%       |
| 2  | Ketrampilan | 35%      | 80%       |

**Tabel 1. Pengetahuan karang taruna terkait penyakit populer**

Berdasarkan pada Tabel 3 menunjukkan bahwa adanya peningkatan jumlah responden menjawab benar pada masing-masing poin pertanyaan. Setelah edukasi, peserta yang diharapkan telah tercapai yang mana ditandai dengan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai penyakit populer di masyarakat. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan (Martini et al., 2020), bahwa kegiatan sosialisasi edukasi menggunakan media efektif dapat menunjukkan perbedaan yang bermakna berupa peningkatan pengetahuan dan pemahaman masyarakat. Kegiatan edukasi sebagai tindakan promotif dan preventif diharapkan dapat membantu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat dengan begitu dapat membantu mencegah terjadinya penyakit dan meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat.

Kegiatan sosialisai diakhiri dengan sesi tanya jawab yaitu dengan para peserta. Beberapa pertanyaan para peserta tentang penggunaan dan penanganan obat yang rasional. Dari data tim pengabdian, evaluasi keberhasilan dari kegiatan ini dapat dilihat dari jawaban peserta atas pertanyaan dari tim pengabdian masyarakat serta beberapa faktor keberhasilan penyuluhan lainnya yaitu mengangkat tema yang bagus yang berhubungan dengan masalah kehidupan sehari-hari serta kemampuan dari pemateri dalam memberikan penjelasan yang mudah dimengerti, tanggap dan komunikatif terhadap pernyataan serta pertanyaan dari para peserta.

Kemudian dilanjutkan dengan pengisian kuesioner (post-test) untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta setelah mendapatkan materi penyuluhan dan Berdasarkan hasil post-test menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan peserta tentang penyakit populer.

#### **4. KESIMPULAN DAN SARAN**

Dari hasil post test dan pretest diketahui bahwa kegiatan sosialisasi dapat meningkatkan pengetahuan peserta mengenai penyakit populer. Diharapkan dengan meningkatnya pengetahuan dan pemahaman peserta tentang penyakit populer, mampu sebagai tindakan dan preventif dengan menggunakan metode edukasi dan sosialisasi kepada masyarakat mengenai penyakit populer. yang ada Tim pengabdian menyadari bahwa materi yang disajikan masih terbatas pada kesehatan diri.

Oleh sebab itu, disarankan kepada tim pengabdian selanjutnya dapat menambahkan berbagai materi yang relevan sehingga Kegiatan pengabdian masyarakat, melibatkan pemerintah desa secara langsung, organisasi terkait, dan tenaga kesehatan di daerah setempat, sehingga masyarakat bisa mendapat manfaat yang optimal dan tepat sesuai dengan kebutuhan di lokasi tersebut.

#### **5. UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima kasih kami sampaikan kepada semua pihak yang terkait, yang memberikan support pada tim pengabdian masyarakat serta karang taruna Ngancar yang telah antusias kepada kami sehingga berjalan dengan lancar. Semoga apa yang sudah dilakukan bisa memberikan berkah dan manfaat kepada orang lain

#### **6. DAFTAR PUSTAKA**

- Arsana, P. M., Rosandi, R., Manaf, A., Budhiarta, A., Permana, H., Sucipta, K. W., ... & Suhartono, T. (2019). Pedoman pengelolaan dislipidemi di Indonesia 2019. Pb. Perkeni. doi, 10.
- Damayanti, D. (2012). Mencegah dan mengobati asam urat. Yogyakarta: Araska.
- Kemenkes RI. (2018). Hasil riset kesehatan dasar tahun 2018. Kementrian



- Kesehatan RI, 53(9), 1689– 1699.
- Martini, M., Putra, G. N. W., Aryawan, K. Y., & Widiarta, G. B. (2020). Sosialisasi pencegahan Covid19 dengan pelaksanaan health education kepada para pedagang menggunakan media pembelajaran: leaflet dalam meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan COVID-19 di Pasar Benyuning Buleleng. In Proc. Senadimas Undiksha, 677-682.
- Menet, R., Bernard, M., & ElAli, A. (2018). Hyperlipidemia in stroke pathobiology and therapy: Insights and perspectives. *Frontiers in physiology*, 9, 488. <https://doi.org/10.3389/fphys.2018.00488>
- Misnadiarly. (2008). Mengenal Penyakit Arthritis. Jakarta: Badan Litbangkes.
- Rothenbacher, D., Primatesta, P., Ferreira, A., Cea-Soriano, L., & Rodríguez, L. A. G. (2011). Frequency and risk factors of gout flares in a large population-based cohort of incident gout. *Rheumatology*, 50(5), 973–981. <https://doi.org/10.1093/rheumatology/keq363>
- Peters, R., Ee, N., Peters, J., Beckett, N., Booth, A., Rockwood, K., & Anstey, K. J. (2019). Common risk factors for major noncommunicable disease, a systematic overview of reviews and commentary: The implied potential for targeted risk reduction. *Therapeutic advances in chronic disease*, 10, 1-14.