
**PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DALAM SWAMEDIKASI
PENYAKIT RADANG SENDI DI DESA MENDALO INDAH
KECAMATAN JAMBI LUAR KOTA**

Elisma, Indri Maharini, Fitriyaningsih dan Diah Tri Utami
Dosen Prodi Farmasi Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Jambi
email: elisma.elis@gmail.com

ABSTRAK

Penyakit radang sendi atau sering dikenal dengan istilah rematik merupakan penyakit yang banyak menyerang masyarakat pada usia 25-74 tahun dengan prevalensi dan keparahan yang meningkat dengan usia. Terapi pada penyakit ini bukan hanya dengan pemberian obat tapi juga ditunjang oleh terapi non obat. Pemanfaatan tanaman yang berkhasiat sebagai obat tradisional juga dapat menunjang terapi ini, mengingat pengobatan rematik membutuhkan waktu yang sangat lama, bahkan selama hidup. Hal ini dapat menimbulkan resiko efek samping obat yang dikonsumsi. Dengan demikian diperlukan berbagai terapi non obat serta pengobatan alternatif untuk menunjang penatalaksanaan dari penyakit ini. Program ini akan dilaksanakan di Desa Mendalo Indah, RT 02 Kec. Jambi Luar Kota dengan tujuan memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada masyarakat dalam mengatasi penyakit radang sendi (rematik) baik dengan terapi menggunakan obat, obat alternatif maupun dengan terapi non obat seperti diet makanan dan melakukan latihan fisik tertentu agar ketidakberdayaan (disability) yang diakibatkan penyakit ini dapat diatasi sehingga kualitas hidup masyarakat menjadi meningkat dengan mengetahui cara pengobatan yang efektif. Hasil evaluasi pelaksanaan pengabdian yang diikuti oleh warga RT 02, desa Mendalo Indah adalah warga memahami tentang penyakit radang sendi dan bagaimana penatalaksanaannya baik secara farmakologis maupun non farmakologis sehingga mampu melakukan swamedikasi terhadap penyakit itu sendiri untuk menciptakan masyarakat yang peduli dengan kesehatan guna mewujudkan Indonesia sehat. Disamping itu juga diperoleh gambaran insidensi penyakit radang sendi khususnya asam urat pada masyarakat di desa Mendalo Indah.

Kata kunci: *Reumatik, Asam Urat, Swamedikasi, Desa Mendalo Indah.*

PENDAHULUAN

Menurut Arthritis Foundation 2006, jumlah penderita arthritis atau gangguan sendi kronis lain di Amerika Serikat terus menunjukkan peningkatan. Pada tahun 1990 terdapat 37,9 juta penderita dari sebelumnya 35 juta pada tahun 1985. Data tahun 1998 memperlihatkan hampir 43 juta atau 1 dari 6 orang di Amerika menderita gangguan sendi, dan pada tahun 2005 jumlah penderita arthritis sudah mencapai 66 juta atau hampir 1 dari 3 orang menderita gangguan sendi, dengan 42,7 juta diantaranya telah terdiagnosis sebagai arthritis dan 23,2 juta sisanya adalah penderita dengan keluhan nyeri sendi kronis (Anonim, 2006)

Arthritis adalah istilah umum untuk peradangan (inflamasi) dan pembengkakan di daerah persendian. Terdapat lebih dari 100 macam penyakit yang mempengaruhi daerah sekitar sendi. Yang paling banyak adalah Osteoarthritis (OA), arthritis gout (pirai), arthritis rheumatoid (AR), dan fibromialgia. Gejala klinis yang sering adalah rasa sakit, ngilu, kaku, atau bengkak di sekitar sendi. Arthritis dapat mempengaruhi bagian lain dari

tubuh; menyebabkan rasa sakit, kehilangan kemampuan bergerak dan kadang bengkak (Hawkins & Rahn, 2005; Driskell, 2006)

Arthritis gout (asam urat) lebih sering menyerang laki-laki, biasanya sebagai akibat dari kerusakan sistem kimia tubuh. Kondisi ini paling sering menyerang sendi kecil, terutama ibu jari kaki. Dinamai penyakit asam urat sesuai dengan namanya karena ditandai dengan keadaan saturasi asam urat dalam darah dan pembentukan Kristal urat pada cairan sendi. Arthritis gout hampir selalu dapat dikendalikan oleh obat dan pengelolaan diet. Sedangkan Arthritis Rheumatoid (AR) merupakan penyakit autoimun, dimana pelapis sendi mengalami peradangan sebagai bagian dari aktivitas sistem imun tubuh. Arthritis rheumatoid adalah tipe arthritis yang paling parah dan dapat menyebabkan cacat, kebanyakan menyerang perempuan hingga tiga sampai empat kali dari pada laki-laki (Hawkins & Rahn, 2005). Terapi penyakit sendi pada hakikatnya bertujuan untuk menghilangkan rasa nyeri dan kekakuan, menghentikan serangannya, menjaga atau meningkatkan mobilitas sendi, membatasi kerusakan fungsi, mengurangi faktor penyebabnya. Sedangkan sasaran dari terapi ini adalah mempertahankan dan meningkatkan kualitas hidup. Terapi ini dapat berupa terapi farmakologi (dengan pemberian obat) dan penatalaksanaan dengan non obat berupa latihan fisik ringan dan diet makanan (Shafer & Pierre, 1992; Hawkins & Rahn, 2005)

Dalam pengobatan tradisional Indonesia berbagai bahan alam sebagai obat tradisional telah digunakan oleh sebagian besar masyarakat Indonesia secara turun-temurun (empiris). Keanekaragaman tanaman obat dapat dimanfaatkan untuk mengatasi dan mencegah timbulnya berbagai jenis penyakit sendi. Beberapa dari tanaman yang telah diketahui dapat menurunkan asam urat adalah daun sidaguri (Putra, 2012), ekstrak daun salam (Sinaga *et al.*, 2014), jintan hitam, daun seledri dan mahkota dewa (Ngestiningsih & Suyanto, 201; Laksmiawati & Anita, 2006). Berbagai jenis tanaman ini mempunyai potensi untuk diperkenalkan kepada masyarakat sebagai obat untuk mengatasi penyakit radang sendi.

TARGET DAN LUARAN

A. Pengenalan jenis penyakit radang sendi, gejala dan faktor penyebabnya

Kegiatan ini bertujuan memberikan penyuluhan dan informasi kepada masyarakat RT 02 Desa Mendalo Indah Kecamatan Jambi Luar Kota meliputi jenis penyakit radang sendi, gejala yang ditimbulkannya, dan faktor penyebabnya. Target pelaksanaan pengenalan ini ditujukan kepada masyarakat desa Mendalo Indah khususnya masyarakat umur 25 tahun ke atas yang terdapat pada RT. 02, desa Mendalo Indah. Setelah pelaksanaan pengenalan dan pemberian informasi mengenai penyakit radang sendi diharapkan masyarakat mengenali jenis penyakit radang sendi, dapat membedakannya menurut gejala yang dialami serta dapat mengetahui faktor penyebab penyakit tersebut.

B. Pengenalan jenis terapi yang dapat digunakan untuk mengatasi penyakit radang sendi

Masyarakat RT 02 desa Mendalo Indah akan diberikan informasi mengenai jenis pengobatan yang dapat digunakan dalam mengatasi penyakit arthritis. Metode pengobatan dengan menjelaskan jenis obat yang bisa didapatkan di apotek maupun obat tradisional

yang berasal dari tanaman yang telah teruji berkhasiat mengobati penyakit radang sendi. Selain itu memberikan informasi mengenai terapi non obat berupa latihan fisik ringan yang dapat dipraktekkan langsung, informasi diet makanan yang harus dijaga bagi penderita penyakit asam urat serta beberapa anjuran yang dapat dilakukan untuk mengatasi symptom penyakit radang sendi.

C. Pengenalan obat tradisional yang berasal dari tanaman obat yang berkhasiat mengobati radang sendi

Obat tradisional yang berkhasiat mengobati penyakit radang sendi merupakan salah satu terapi pendukung untuk menghindari efek samping penggunaan obat-obatan yang sering digunakan untuk mengatasi penyakit radang sendi. Tanaman obat tradisional yang akan diperkenalkan adalah tanaman yang sudah terbukti melalui serangkaian penelitian dan diketahui telah dimanfaatkan secara tradisional oleh masyarakat untuk mengatasi penyakit sendi.

Masyarakat juga diberi penjelasan mengenai teknik penyiapan dari tanaman obat tradisional ini sesuai dengan takaran yang dianjurkan dalam pengobatan. Luaran dari kegiatan ini adalah menjadikan masyarakat mampu menyiapkan obat tradisional yang sesuai dengan takarannya dan telah teruji dapat mengobati penyakit radang sendi. Dengan demikian masyarakat diharapkan telah mempunyai kemampuan untuk mengelola dan mengatasi penyakit sendi dengan bijaksana dan dapat melakukan swamedikasi dalam mengatasi symptom dan kekambuhannya.

D. Pemeriksaan asam urat pada masyarakat di RT 02 Desa Mendalo Indah Kecamatan Jambi Luar Kota

Pemeriksaan asam urat bertujuan untuk mengetahui jumlah asam urat pada darah di masyarakat RT 02 Desa Mendalo Indah. Masyarakat yang diukur asam uratnya adalah masyarakat dengan umur 25 tahun ke atas. Hal ini bertujuan untuk memberikan pelayanan kesehatan agar masyarakat peduli akan kondisi kesehatan terutama yang menyangkut dengan penyakit radang sendi dan mengetahui bagaimana cara mengobatinya.

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat dalam rangka pemberdayaan masyarakat dalam swamedikasi penyakit radang sendi di RT 02, Desa Mendalo Indah terdiri dari 5 tahap, yaitu : Pengenalan jenis penyakit radang sendi, gejala dan faktor penyebabnya, Pengenalan jenis terapi yang dapat digunakan untuk mengatasi penyakit radang sendi, Pengenalan obat tradisional yang berasal dari tanaman obat yang berkhasiat mengobati penyakit radang sendi, Pemeriksaan asam urat masyarakat di RT 02 Desa Mendalo Indah Kecamatan Jambi Luar Kota.

HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di RT 02 Kelurahan Mendalo Indah, Kec. Jambi Luar Kota, Kab. Muaro Jambi. Sebelum pelaksanaan acara pengabdian, dilakukanlah koordinasi dengan ketua RT.02 untuk menentukan hari dan tanggal pelaksanaan pengabdian serta memberitahukan urutan acara yang akan dilaksanakan.

Koordinasi ini dilakukan beberapa kali sampai didapatkan waktu yang tepat. Pengabdian ini dilakukan pada tanggal 6 Oktober 2016.



Gambar 1. Persiapan pelaksanaan pengabdian

Sehari sebelum acara dimulai masyarakat diundang untuk hadir melalui koordinasi dengan ketua RT dengan menyebarkan undangan ke warga. Sasaran dari pengabdian ini adalah masyarakat berumur 25 tahun ke atas karena berhubungan dengan insidensi dari penyakit radang sendi yang dimulai dengan umur 25 tahun ke atas. Diharapkan masyarakat dapat mengetahui dan memahami jenis penyakit radang sendi dan bagaimana penatalaksanaannya secara farmakologi dan non farmakologi.

Kegiatan ini diawali dengan memberikan pengarahan mengenai penyakit radang sendi. Tim pengabdian menyiapkan paparan dan informasi yang dicetak menjadi famplet. Uraian ini disampaikan kepada masyarakat yang isinya meliputi arti dari penyakit radang sendi dan jenisnya. Dalam hal ini masyarakat diharapkan sudah mengerti dan mengenali jenis penyakit radang sendi, penyebab, gejala yang dirasakan dan faktor penyebab dari penyakit ini.



Gambar 2. Proses penyuluhan kepada masyarakat

Selanjutnya adalah pengenalan jenis terapi yang digunakan dalam mengatasi penyakit radang sendi khususnya asam urat. Dalam hal ini dipaparkan cara terapi farmakologis dan non farmakologis dari penyakit radang sendi. Terapi non farmakologis yang dapat dilakukan berupa latihan fisik ringan dan diet makanan untuk mengurangi serangan.

Kegiatan selanjutnya adalah pengenalan obat tradisional untuk mengobati dan mengurangi rasa sakit yang disebabkan oleh radang sendi khususnya asam urat. Beberapa obat tradisional diperkenalkan yang berkhasiat menurunkan asam urat seperti daun salam dan

binahong. Kepada masyarakat diperkenalkan mengenai khasiat tanaman tersebut. Bagaimana cara menyiapkannya menjadi obat. Di mulai dengan bagaimana cara mengambil bagian tanaman yang dapat digunakan sebagai obat, penyiapan simplisia sampai cara pembuatan teh herbal serta informasi bagaimana cara menyiapkannya dan takaran dosis yang digunakan.

Kegiatan terakhir adalah pemeriksaan asam urat yang dilakukan dengan menggunakan diagnostic test asam urat. Cara ini dipilih karena lebih mudah dilakukan dibandingkan analisis dilaboratorium. Masing-masing peserta kegiatan diambil darahnya kemudian dilakukan pengecekan kadar asam urat darah serta tekanan darah. Dari hasil pengecekan kadar asam urat ditemukan peserta yang mempunyai nilai asam urat darah di atas normal. Kepada mereka diberikan edukasi bagaimana cara mengatasi penyakit ini meliputi pengobatan termasuk jenis makanan yang perlu dikurangi bahkan dihindari agar penyakit ini tidak kambuh lagi dan merusak sendi. Diharapkan kegiatan ini dapat menimbulkan rekayasa sosial dimana masyarakat dapat melakukan swamedikasi terhadap penyakit radang sendi untuk mengurangi angka kesakitan dan frekuensi kunjungan ke rumah sakit. Pelayanan informasi kesehatan senantiasa harus ditingkatkan dalam mengedukasi msasyarakat untuk mewujudkan Indonesia sehat 2020 sesuai dengan visi dari Departemen Kesehatan RI.



Gambar 3. Kegiatan pemeriksaan asam urat dan pengukuran tekanan darah



Gambar 4. Masyarakat peserta kegiatan pengabdian

KESIMPULAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat mengenai Pemberdayaan Masyarakat dalam Swamedikasi Penyakit Radang Sendi Di Desa Mendalo Indah Kecamatan Jambi Luar Kota dapat memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada masyarakat dalam mengatasi penyakit radang sendi (rematik) baik dengan terapi menggunakan obat, obat alternatif maupun dengan terapi non obat seperti diet makanan dan melakukan latihan fisik tertentu agar ketidakberdayaan (disability) yang diakibatkan penyakit ini dapat diatasi. Kegiatan ini juga menciptakan prilaku masyarakat yang mampu melakukan swamedikasi terhadap penyakit itu sendiri untuk menciptakan masyarakat yang sehat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim Pengabdian kepada masyarakat mengucapkan terima kasih kepada :

1. Rektor Universitas Jambi
2. Ketua Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Jambi
3. Dekan Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Jambi
4. Staf dosen dan mahasiswa Prodi Farmasi Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Jambi
5. Lurah Desa Mendalo Indah
6. Ketua RT 02 Desa Mendalo Indah
7. Seluruh peserta pengabdian dan masyarakat Desa Mendalo Indah

DAFTAR PUSTAKA

- Anonim. 2006. The Facts about Arthritis. Arthritis Foundation.
- Driskell C. 2006. What You Need to Know About Arthritis. American Physical Therapy Association
- Departemen Kesehatan RI, 2006. Pharmaceutical care Arthritis Rematik. Jakarta : Direktorat bina Farmasi Komunitas dan Klinik Ditjen Bin Kefarmasian dan Alat Kesehatan
- Hawkins, D. W., & Rahn, D.W. 2005. Gout and hyperuricemia: pharmacotherapy a pathophysiological approach. Mc Graw-Hill.
- Laksmitawati, D, R & Anita, R. 2006. Pengaruh pemberian ekstrak buah mahkota dewa terhadap penurunan kadar asam urat tikus yang diinduksi dengan sari pati ayam. Seminar Nasional Tumbuhan Obat Indonesia.
- Ngestiningsih, D & Suyanto, H. 2011. Ekstrak herbal (daun salam, jantan hitam, daun seledri) dan kadar IL-6 plasma penderita hiperurisemia. M. Med Indones. Vol. 45, No 2.
- Putra, R.W. (2012). Uji efek fraksi ekstrak Sidaguri terhadap kadar asam urat pada mencit putih jantan yang diberi makanan diet purin tinggi. (Skripsi). Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi (STIFARM). Padang.
- Shaefer, M.S., & Pierre, A.M. 1992. Clinical pharmacy an therapeutics. (5th edition). Maryland: William & Wilkins. 507-518

Sinaga, A. F., Bodhi, W., Widya, A, L. 2014. Uji efek ekstrak etanol daun salam terhadap penurunan kadar asam urat tikus putih jantan galur wistar yang diinduksi potassium oksonat. *Pharmacon*, Vo. 3, No. 2