

## **COUNSELING ABOUT THE EFFECT OF BIDARA ARAB (*ZIZIPHUS SPINA-CRISTI*) LEAVES CONSUMPTION ON REDUCING URIC ACID LEVELS ON ELDERLY IN RT 002 RW 002 SINAR PAMULANG PERMAI**

Betty\*, Dhia Diana Fitriani, R. Tri Rahyuning Lestari, Nur Hasanah,  
Anis Dwi Kristiyowati, Kurnia Eka

STIKes Widya Dharma Husada Tangerang, Jl. Pajajaran no. 1 Pamulang Barat, Kota Tangerang Selatan 15417, Indonesia.  
Corresponding email: [betty@wdh.ac.id](mailto:betty@wdh.ac.id)

### **ABSTRACT**

*Uric acid is the result of purine breakdown in the body which is found in blood and urine. The incidence of gout in the world aged 55-64 years is 45.0%, aged 65-74 years is 51.9%, aged  $\geq 75$  years is 54.8%. Indonesia itself has an incidence of uric acid reaching 1.6-13.6/100,000 people, which causes joint pain so that it affects the quality of life in individuals. The purpose of the activity is to broaden participants' insight into the effect of boiled water from Arabic bidara leaves on reducing uric acid levels. The counseling method used was the lecture and discussion method with 20 elderly participants from RT 002 RW 002 Sinar Pamulang Permai. From the results of this activity, it was carried out on Saturday, October 1, 2022, targeting patients who experience uric acid levels that exceed normal. Counseling was given to 20 people at Rt 002 RW 002 Sinar Pamulang Permai, Pamulang, South Tangerang. The elderly are able to understand what has been conveyed by the presenter, this can be proven in their ability to answer questions. It can be concluded that the participants were enthusiastic about this counseling activity by actively conducting question and answer sessions and hoped that this health education activity could be carried out regularly.*

**Keywords:** counseling, boiled water of bidara arabic leaves, uric acid levels, elderly

## **PENYULUHAN TENTANG PENGARUH PEMBERIAN AIR REBUSAN DAUN BIDARA ARAB (*ZIZIPHUS SPINA-CRISTI*) TERHADAP PENURUNAN KADAR ASAM URAT PADA LANSIA DI RT 002 RW 002 SINAR PAMULANG PERMAI**

### **ABSTRAK**

Asam urat merupakan hasil pemecahan purin dalam tubuh yang terdapat dalam darah dan urin. Angka kejadian penyakit asam urat di dunia usia 55-64 tahun 45,0%, usia 65-74 tahun 51,9%, usia  $\geq 75$  tahun 54,8%. Negara Indonesia sendiri memiliki kejadian asam urat mencapai 1,6-13,6/100.000 orang, yang menyebabkan nyeri sendi sehingga mempengaruhi penurunan kualitas pada individu. Tujuan kegiatan adalah untuk menambah wawasan peserta mengenai pengaruh air rebusan daun bidara arab terhadap penurunan kadar asam urat. Metode penyuluhan yang digunakan adalah *metode ceramah dan diskusi pada peserta* sebanyak 20 lansia RT 002 RW 002 Sinar Pamulang Permai. Dari hasil Kegiatan ini dilakukan pada hari sabtu tanggal 1 Oktober 2022, dengan sasaran pasien yang mengalami kadar asam urat yang melebihi normal. Penyuluhan diberikan kepada 20 orang yang dilaksanakan di Rt 002 RW 002 Sinar Pamulang Permai, Pamulang, Tangerang selatan. Para lansia mampu memahami yang telah disampaikan oleh penyaji, hal ini bisa di buktikan dalam kemampuan mereka menjawab pertanyaan. Dapat disimpulkan para peserta telah antusias terhadap kegiatan penyuluhan ini dengan aktif melakukan sesi tanya jawab dan berharap agar kegiatan penyuluhan kesehatan ini dapat dilakukan secara rutin.

**Kata Kunci :** penyuluhan, air rebusan daun bidara arab, kadar asam urat, lansia

## PENDAHULUAN

Berdasarkan Kementerian Kesehatan (2019) Indonesia mulai memasuki periode *aging population*, dimana terjadi peningkatan umur harapan hidup yang diikuti dengan peningkatan jumlah lansia. Indonesia mengalami peningkatan jumlah penduduk lansia dari 18 juta jiwa (7,56%) pada tahun 2010, menjadi 25,9 juta jiwa (9,7%) pada tahun 2019, dan dapat diperkirakan akan terus meningkat dimana tahun 2035 menjadi 48,2 juta jiwa (15,77%).

Peningkatan jumlah penduduk lansia di masa depan dapat membawa dampak positif maupun negatif. Akan berdampak positif apabila penduduk lansia berada dalam keadaan sehat, aktif, dan produktif. Disisi lain peningkatan jumlah penduduk lansia akan menjadi beban apabila lansia memiliki masalah penurunan kesehatan (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Berdasarkan survei WHO, Indonesia merupakan Negara Terbesar ke 4 di dunia yang penduduknya menderita asam urat dan berdasarkan sumber dari Buletin Natural, di Indonesia penyakit asam urat 35% terjadi pada pria dibawah usia 34 tahun.

Kadar asam urat normal pada pria berkisar 3,5-7mg/dl dan pada perempuan 2,6-6mg/dl. Kadar asam urat diatas normal disebut *Hiperurisemia*. Insiden *gout* di Indonesia menduduki urutan kedua setelah *osteoarthritis* (Dalimartha, 2018 dikutip dari penelitian Festy dkk).

Prevalensi *gout* di Indonesia diperkirakan 1,6-13,6/100.000 orang, prevalensi ini meningkat seiring dengan meningkatnya umur (Tjokroprawiro, 2007 (Setyo, 2014)). Prevalensi *gout* di Banten sebesar 17%, prevalensi *gout* di Tangerang sebesar 56,8% (Festy, 2010). Berdasarkan RISKESDAS (Riset Kesehatan Dasar) 2013, prevalensi penyakit sendi pada usia 55-64 tahun 45,0%, usia 65-74 tahun 51,9%, usia  $\geq$  75 tahun 54,8%. Menurut Dinkes Tangerang Selatan pada tahun 2014 dari data 10 penyakit terbesar kasus penyakit pada sistem otot dan jaringan pengikat (penyakit tentang tulang belakang, radang sendi, rematik, nyeri sendi) menduduki urutan kedua dengan presentasi 15% dengan jumlah 87.182 kasus.

Pengobatan asam urat dapat menggunakan terapi *farmakologi* seperti *allopurinol*, *ibuprofen*,

*piroxicam*, dan *dexamethasone* maupun terapi *non-farmakologi* seperti tempuyung, daun salam, daun sendok, daun seledri dan sambiloto (Sustrani, Alam & Hadibroto 2004). Penggunaan terapi farmakologi secara terus menerus dapat menimbulkan efek samping terhadap tubuh, oleh karena itu diperlukan alternatif lain yang lebih efektif dan terjamin keamanannya.

Indonesia memiliki ribuan jenis tumbuhan yang tersebar di berbagai daerah. Keanekaragaman hayati yang ada tersebut dapat dimanfaatkan sebagai bahan baku obat modern dan tradisional. Masyarakat Indonesia telah lama mengenal dan memakai obat tradisional untuk mengobati berbagai macam penyakit. Semakin mahalnya harga obat modern dipasaran merupakan salah satu alasan untuk menggali kembali penggunaan obat tradisional. Banyak jenis tanaman obat di Indonesia yang telah dimanfaatkan sebagai bahan baku obat, sebagian *spesies* tanaman tersebut bahkan telah diuji secara klinis kandungan *fitokimia*, khasiat dan keamanan penggunaannya (Akhyar, 2012).

Salah satu tumbuhan yang digunakan sebagai obat oleh masyarakat

adalah bidara. Di India masyarakat menggunakan bidara sebagai obat diare, kencing manis, demam dan malaria sedangkan di Malaysia rebusan kulit kayunya dimanfaatkan sebagai obat sakit perut dan sebagian masyarakat lagi menggunakan daun bidara untuk mengatasi masalah kecantikan seperti mengatasi jerawat, keriput dan lingkaran hitam pada bawah mata. Di Saudi Arabia tanaman ini digunakan untuk mengobati penyakit seperti gangguan pencernaan, keluhan hati, obesitas, diabetes, infeksi kulit, demam, bronkitis, asam urat, anemia, diare dan insomnia (Arlina, 2020).

Senyawa utama yang terkandung dalam tanaman bidara arab yaitu *flavonoid*, *alkaloid*, *triterpenoid*, *saponin*, *lipid* dan *protein*. Daunnya diketahui mengandung *betulinik*, asam *seanotik*, berbagai senyawa *flavonoid*, *saponin*, *tanin* dan *triterpenoid*. Berdasarkan penelitian Kusriani (2015) diketahui bahwa *ekstrak etanol* daun bidara (EEDB) dengan pelarut etanol mengandung *alkaloid*, *flavonoid*, *saponin*, *tanin*, *kuinon* dan *steroid/triterpenoid*. Dari penelitian ini juga diketahui bahwa daun bidara arab memiliki *aktivitas antitisisidan* dan

paling baik dibandingkan dengan ekstrak buah dan biji.

Sebagian masyarakat belum mengetahui manfaat daun bidara arab untuk mengurangi kadar asam urat dalam darah dan urin. Daun bidara arab selain digunakan untuk *ruqiyah* juga dapat digunakan sebagai alternatif pengobatan untuk menurunkan kadar asam urat berlebih pada lansia. Efektivitas akan dirasakan dengan pemberian sesuai dosis yang benar dan waktu yang tepat.

#### **METODE PELAKSANAAN**

Penyuluhan ini menggunakan metode ceramah dan diskusi. Lokasi kegiatan bertempat di RT 002 RW 002 Sinar Pamulang Permai. Peserta dalam kegiatan penyuluhan ini Sebagian besar adalah lansia yang mempunyai kadar asam urat tinggi di RT 002 RW 002 Sinar Pamulang Permai yang berjumlah 20 responden.

Untuk menilai keberhasilan penyuluhan ini, tim melakukan evaluasi berupa pertanyaan seputar materi kepada para peserta.

#### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan penyuluhan tentang pengaruh pemberian air rebusan daun bidara arab

(*ziziphus spina-cristi*) terhadap penurunan kadar asam urat berjalan lancar tanpa ada hambatan.



**Gambar 1. Kegiatan penyuluhan**

Peserta yang turut aktif berpartisipasi yaitu sebanyak 20 orang lansia. Pada sesi tanya jawab dan diskusi berlangsung, terlihat rasa antusias peserta sangat tinggi. Hal tersebut dibuktikan dengan banyaknya peserta menyampaikan beberapa pertanyaannya terkait materi penyakit asam urat.

#### **KESIMPULAN DAN SARAN**

##### **Kesimpulan**

Kegiatan ini dilakukan pada hari sabtu tanggal 1 Oktober 2022, dengan sasaran pasien yang mengalami kadar asam urat yang melebihi normal. Penyuluhan diberikan kepada 20 orang yang dilaksanakan di Rt 002 RW 002 Sinar Pamulang Permai, Pamulang, Tangerang selatan.

##### **Saran**

Dilakukan kegiatan rutin serupa dengan jumlah peserta yang lebih banyak.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada pihak ketua RT 02 RW 002 sinar pamulang permai, Tangerang Selatan yang telah memberikan izin untuk mengadakan penyuluhan tentang pengaruh Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Bidara Arab (*Ziziphus Spina-Cristi*) Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat. Tak lupa ucapan teriam kasih kepada Ketua LPPM Stikes WDH yang sudah memfasilitasi kegiatan ini.

#### DAFTAR PUSTAKA

Arsin, Arsunan. 2015. *Transisi Epidemiologi dan Pergeseran Pola Penyakit*. Harian Fajar. Jakarta.

Dalimartha, S. 2012. *Herbal Untuk Pengobatan Reumatik*. Jakarta: Penebar Swadaya.

Diabetes Prevention Program Research Group. 2022. 'Hypertension, Insulin, and Proinsulin in of Participants with Impaired Glucose Tolerance'. *Hypertension*. 40(5): 679-86.

Dinaria. 2015. *Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Salam Terhadap*

*Kadar Asam Urat Pada Wanita Menopause*. Skripsi. Akademi Kebidanan Grya Husada. Surabaya.

Handayani, T. 2013. *Khasiat Ampuh Akar Batang Daun*. Jakarta: Infira Pustaka.

Harismah, Kun. 2016. 'Pemanfaatan Daun Salam (*Eugenia Polyantha*) Sebagai Obat Herbal dan Rempah Penyedap Makanan'. *WARTA LPM*. 19(2): 110-118.

Kemenkes RI. 2015. *Rencana Strategis Kementerian Kesehatan tahun 2015-2019*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Mardiana, L. 2013. *Daun Ajaib Tumpas Penyakit*. Jakarta: Penebar Swadaya.

Marfu'ah, Nurul, R, Chelsea Aulia, & Hasanah, A. M. 2019. 'Uji Efektivitas Ekstrak Etanol Daun Bidara (*Ziziphus Spina-Christi* L.) Terhadap Pertumbuhan *Propionibacterium Acne*'. *Pharmasipha*. 3(1): 1-5.

Ningrum, dkk. 2013. *Tumbuhan Sakti*. Jakarta: Dunia Sehat.