

**PENYULUHAN KESEHATAN PENYAKIT DEGENERATIF, PENYAKIT
MENULAR (ISPA) DAN KEBIASAAN MENGONSUMSI MAKANAN TINGGI
PURIN DENGAN KADAR ASAM URAT DI DESA KALIANGET
KABUPATEN SUMENEP**

Acivrida Mega Charisma^{1*}, Sri Mulyani²

^{1,2}Fakultas Ilmu Kesehatan, D3 Teknologi Laboratorium Medis, Universitas Anwar Medika

Email¹: acie.vrida@uam.ac.id
Email²: s.mulyanici281100@gmail.com

ABSTRAK

Berdasarkan kondisi demografi, sebagian besar penduduk di desa ini bermata pencaharian sebagai petani, tukang becak, pedagang, nelayan dan PNS. Selain itu latar belakang pendidikan penduduknya sebgaiian besar ialah lulusan SD, SMP, SMA dan ada juga yang tidak sekolah. pada anak kecil, remaja ataupun dewasa. Sehingga timbul penyakit yang sering terjadi hal layak orang, kebanyakan penyakit yang mengganggu di daerah tersebut yaitu: Asam urat, Diabetes Mellitus, dan Pneumonia. Tujuan pengabdian Masyarakat ini adalah memberikan ulasan analisis yang komprehensif padadampak minuman ringan pada kesehatan manusia. Konsumsi minuman ringan yang mengandung jumlah gula yang tinggi, tidak hanya merusak kontrol halus gula darah tetapi juga menambahkan komplikasi lain seperti kelebihan berat badan dan kegemukan. Ketersediaan makanan cepat saji padat kalori atau junk food juga menambah kontribusi masalah diabetes atau munculnya obesitas tipe 2. Metode pelaksanaan pada Program Pembangunan Kesehatan Masyarakat Desa Kalianget Timur Kecamatan Kalianget Kabupaten Sumenep Provinsi Jawa Timur. Metode yang digunakan penyuluhan, pembagian kuisisioner, dan pembagian leaflet. Dari hasil 15 kuisisioner yang sudah saya sebar, bahaya mengjonsumsi makanan tinggi purin pada penderita asam urat, efek samping dan jangka Panjang untuk mengkonsumsi junk food, soft drink dan obesitas sebanyak 85% yang memahami penyuluhan yang sudah dipaparkan. Namun 15% belum mengerti mengenai penyuluhan tersebut.

Kata Kunci: Diabetes mellitus, Asam urat, Pneumonia, Purin

ABSTRACT

Based on demographic conditions, the majority of residents in this village earn their living as farmers, pedicab drivers, traders, fishermen and civil servants. So that diseases arise that often occur in people, most of the diseases that disturb in this area are: gout, diabetes mellitus, and pneumonia. The research provides a comprehensive analytical review on the impact of soft drinks on human health. Consumption of soft drinks containing high amounts of sugar, not only impairs the fine control of blood sugar but also adds other complications such as overweight and obesity. The availability of calorie-dense fast food or junk food also contributes to the problem of diabetes or the emergence of type 2 obesity. Implementation method in the Community Health Development Program in East Kalianget Village, Kalianget District, Sumenep Regency, East Java Province. The methods used were counseling, distributing questionnaires and distributing leaflets. From the results

of the 15 questionnaires that I have distributed, the dangers of consuming foods high in purine in gout sufferers, the side effects and long-term effects of consuming junk food, soft drinks and obesity, as many as 85% understand the counseling that has been presented. However, 15% did not understand the counseling.

Keywords: *Diabetes mellitus, Gout, Pneumonia, Purines*

PENDAHULUAN

Sosialisasi ini yang berada dilokasi Kabupaten Sumenep, Provinsi Jawa Timur yang berlokasi di pulau Madura. Di Desa Kalianget Timur Kabupaten Sumenep memiliki jumlah penduduk sekitar 13.403 jiwa tahun 2023.¹

Berdasarkan kondisi geografis, pemukiman penduduk cukup padat. Berdasarkan kondisi demografi, sebagian besar penduduk di desa ini bermata pencaharian sebagai petani, tukang becak, pedagang, nelayan dan PNS. Selain itu latar belakang pendidikan penduduknya sebagian besar ialah lulusan SD, SMP, SMA dan ada juga yang tidak sekolah. Karena kurangnya pemahaman atau ilmu pengetahuan akan kesehatan terutama pada anak kecil, remaja ataupun dewasa. Sehingga timbul penyakit yang sering terjadi hal layak orang, kebanyakan penyakit yang mengganggu di daerah tersebut yaitu : Asam urat, Diabetes Mellitus, dan Pneumonia. Peneliti melakukan riset karena di daerah tersebut banyak yang terjangkau penyakit lansia. Tidak hanya asam urat didaerah penyakit diabetes terjangkau dikarenakan mengosumsi makanan junkfood, softdrink dan obesitas.

Berdasarkan kondisi tersebut, maka diperlukan ”edukasi tentang efek samping makanan cepat saji bagi kesehatan yang mengakibatkan penyakit diabetes”. Edukasi Kebiasaan mengonsunsim makanan tinggi purin

dengan kadar asam urat”. Dan “edukasi tentang pencegahan, penyebab pneumonia, gejala pneumonia dan pengobatan atau perawatan penyakit pneumonia”.

Kurangnya pemahaman penduduk tentang bahaya Pneumonia pada bayi atau anak – anak, lansia, perokok, pecandu alcohol, pengguna narkoba, penderita penyakit paru atau saluran pernapasan dan orang yang memiliki sistem imun yang lemah. Berdasarkan permasalahan tersebut, maka diperlukan sosialisasi untuk mengedukasi dan memberi pengetahuan kepada remaja, orang tua, dan anak-anak di kabupaten Sumenep untuk mencegah penularan pneumonia.²

Penelitian memberikan ulasan analisis yang komprehensif padadampak minuman ringan pada kesehatan manusia. Konsumsi minuman ringan yang mengandung jumlah gula yang tinggi, tidak hanya merusak kontrol halus gula darah tetapi juga menambahkan komplikasi lain seperti kelebihan berat badan dan kegemukan. Ketersediaan makanan cepat saji padat kalori atau junk food juga menambah kontribusi masalah diabetes atau munculnya obesitas tipe 2. Minuman Ringan yang memberikan kelebihan kalori bertanggung jawab sebagai penyebab Diabetes. Konsumsi minuman ringan berperan besar dalam berbagai penyakit seperti obesitas, diabetes, gigi

dan gangguan tulang dan lainnya, apalagi pada anak - anak dan remaja. Kebiasaan makan berubah agar sesuai dengan kehidupan modern merupakan ancaman serius bagi kehidupan yang sehat. Antara lain, konsumsi minuman ringa yang selalu membentuk bagian kehidupan modern. Sebagian besar anak-anak dan remaja adalah kelompok sasaran rentan. ³

Sebagian besar masyarakat di daerah Kalianget memperoleh penghasilan dari sektor perikanan. Penduduk Kalianget banyak berprofesi nelayan karena letak geografis yang memudahkan para penduduk mendapatkan pekerjaan. Rendahnya pendapatan merupakan masalah yang sudah lama, hal ini tidak hanya berkaitan dengan sosial ekonomi yang akan berpengaruh terhadap pola konsumsi masyarakat, sehingga masyarakat setempat cenderung mengkonsumsi hanya hasil laut yang menyebabkan ketidakseimbangan gizi.

METODE KEGIATAN

Metode pelaksanaan pada Program Pembangunan Kesehatan Masyarakat Desa Kalianget Timur Kecamatan Kalianget Kabupaten Sumenep Provinsi Jawa Timur yakni sebagai berikut:

- a) **Survei Awal:** Program Pembangunan Kesehatan Masyarakat Desa Kalianget Timur Kecamatan Kalianget Kabupaten Sumenep dimulai dari mengriset kebiasaan masyarakat setempat. ⁴
- b) **Identifikasi Masalah:** Hasil survey yang sudah dilakukan kemudian dilanjutkan dengan identifikasi masalah yang sering dialami oleh anak kecil, remaja, dewasa dan lansia.

Masalah yang sudah teridentifikasi kemudian dicari akan permasalahannya untuk dicarikan solusi. ⁵

- c) **Analisis Kebutuhan:** Analisis kebutuhan dibuat dari hasil identifikasi masalah yang sudah dilakukan dan telah dirumuskan solusi sosialisasi dampak untuk kesehatan
- d) **Penetapan Sasaran:** Sasaran harus tepat dan dibuat sesuai dengan program kerja yang direncanakan agar indikator pencapaian program dapat terwujud.
Penyusunan Program: Gagasan program yang dibuat sesuai dengan analisis kebutuhan dan penetapan sasaran yakni berupa sosialisasi kesehatan mengenai penyakit degeneratif, penyakit menular (ISPA) dan kebiasaan menonsumsi makanan tinggi purin pada penderita asam urat. Untuk metode penyuluhan yaitu membuat leaflet dan memaparkan isi dari leaflet. Melakukan pemeriksaan gratis pada masyarakat terutama pada lansia dan remaja. ⁶
- e) **Pelaksanaan Program:** Praktek Pembangunan kesehatan masyarakat dilaksanakan mulai tanggal 31 Agustus - 14 September 2023.
- f) **Monitor dan evaluasi keberhasilan:** Evaluasi ini bertujuan untuk melihat perkembangan program yang dilaksanakan, untuk mengetahui kendala yang ada, cara menanganinya sehingga Program Pembangunan Kesehatan Masyarakat (PPKM) yang dilakukan benar-benar efektif dan maksimal. Evaluasi yang terakhir yaitu berupa laporan kegiatan Program Pembangunan Kesehatan Masyarakat (PPKM).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel. 1 Hasil Kuisisioner yang Diperoleh dari Responden

Hasil Kuisisioner yang dipeoleh dari responden	Jumlah	Persentase %
1. Apakah sebelumnya anda pernah mengikuti penyuluhan Edukasi Pencegahan dan Penanggulangan Penyakit Pneumonia ?		
YA	• 15	• 100 %
TIDAK	• 0	• 0 %
TOTAL	• 15	• 100 %
2. Apakah anda pernah mengikuti penyuluhan Pengaruh Konsumsi Junkfood, Soft Drink, dan Obesitas yang Berkaitan dengan Penyakit Diabetes Mellitus ?		
YA	• 15	• 100 %
TIDAK	• 0	• 0 %
TOTAL	• 15	• 100 %
3. Apakah anda pernah mengikuti penyuluhan Kebiasaan mengkonsumsi makanan tinggi purin dengan kadar asam urat ?		
YA	• 15	• 100 %
TIDAK	• 0	• 0 %

Hasil Kuisisioner yang dipeoleh dari responden	Jumlah	Persentase %
TOTAL	• 15	• 100 %
4. Apakah anda mengetahui bagaimana cara menggunakan alat POCT ?		
YA	• 12	• 80 %
TIDAK	• 3	• 20 %



Gambar 1. Penyuluhan Kesehatan



Gambar 2. Penyuluhan Kesehatan

Sasaran ini merupakan hasil pengamatan kebiasaan masyarakat Desa Kalianget Timur yang sebagian besar berprofesi nelayan serta kurangnya pendidikan sehingga minimnya pengetahuan pada masyarakat didesa.⁷

Maka dari itu kami menyungung agar kegiatan PPKM ini bisa lebih merata dan warga setempat memahami sosialisasi yang akan diberikan, yaitu dengan Materi bahaya Konsumsi makanan tinggi purin pada penderita asam urat, efek samping konsumsi junk food, soft drink dan obesitas yang dapat memicu timbulnya

penyakit diabetes serta pemaparan pada tentang penyakit pneumonia.⁸

Sebelum kegiatan penyuluhan dilaksanakan melakukan pengumpulan data, pemantapan kegiatan, dan menyiapkan leaflet edukasi asam urat, diabetes melitus, dan pneumonia. Leaflet tersebut akan menjadi media saat melakukan sosialisasi ke Masyarakat kemudian pembagian kuisioner. Dari hasil 15 kuisioner yang sudah saya sebar, bahaya mengonsumsi makanan tinggi purin pada penderita asam urat, efek samping dan jangka Panjang untuk mengonsumsi junk food, soft drink dan obesitas sebanyak 85% yang memahami penyuluhan yang sudah dipaparkan. Namun 15% belum mengerti mengenai penyuluhan tersebut.^{9,10}

KESIMPULAN

Dari hasil 15 kuisioner yang sudah saya sebar, bahaya mengonsumsi makanan tinggi purin pada penderita asam urat, efek samping dan jangka Panjang untuk mengonsumsi junk food, soft drink dan obesitas sebanyak 85% yang memahami penyuluhan yang sudah dipaparkan. Namun 15% belum mengerti mengenai penyuluhan tersebut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih diberikan kepada Universitas Anwar Medika yang telah mendukung kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kussoy, Veronica Flaurensia Magdalena, dkk. 2019. *Kebiasaan Makan Makanan Tinggi Purin dengan Kadar Asam Urat di*

Puskesmas. Sulawesi Utara. Universitas Sam Ratulangi.

2. Amiruddin, Mirwana, dkk. 2019. *Pola Konsumsi Sebagai Resiko Kejadian Penyakit Asam Urat pada Masyarakat pesisir Teluk Parepare.* Universitas Muhammadiyah.
3. Mubarak, Ahmad nur, Zulman Astuti. 2022. *Hubungan Konsumsi makanan Mengandung Purin dengan Kadar Asam Urat: Literatur Review.* Samarinda. Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
4. Badan pusat Statistik. 2022. *Jumlah Kasus Penyakit Kabupaten/Kota Dan jenis Penyakit di Provinsi Jawa Timur 2022.* <https://jatim.bps.go.id/statictable/2022/11/02/2389/jumlah-kasus-penyakit-menurut-kabupaten-kota-dan-jenis-penyakit-di-provinsi-jawa-timur-2021.html>. Diakses 28 Agustus 2023
5. Badan pusat statistic, 2022. *Jumlah penduduk di Sumenep Provisi Jawa Timur 2022.* <https://jatim.bps.go.id/statictable/022/11/02/2389/jumlah-kasus-penyakit-menurut-kabupaten-kota-dan-jenis-penyakit-di-provinsi-jawa-timur-2021.html>. Diakses 28 Agustus 2023.
6. Arufina Muslimah Wiguna. 2018. *Asuhan Keperawatan pada Pasien anak dengan Bronkopneumonia dengan focus ketidakefektifan bersihan jalan*

*nafas di RSUD kabupaten
Magelang. Pekalongan.
Universitas Pekalongan*

7. Wau Herbert. 2021. *Pengaruh Junkfood, Softdrink dan Obesitas Terhadap Penyakit Diabetes Mellitus Tipe 2*. Medan. UNPRI Press Universitas Prima Indonesia.
<http://jurnal.unprimdn.ac.id/index.php/ISBN/article/view/2450/141>
9. Diakses tanggal 30 Agustus 2023.
8. Agung Siti Qomariyah Mulia, Hansen. 2022. *Studi Konsumsi Junk food dan Soft Drink Sebagai Penyebab Diabetes Mellitus Tipe 2 Pada remaja*. Samarinda. Universitas Muhamadiyah Kalimantan Timur.
<https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/download/3013/1224>. Diakses tanggal 30 Agustus 2023.
9. Unit Pelayanan Kesehatan. 2021. *Mengenal Gejala Diabetes Mellitus*. Jakarta Selatan.
<https://upk.kemkes.go.id/new/mengenal-gejala-diabetes-melitus>.
Diakses tanggal 30 Agustus 2023.
10. Website Resmi Desa Kalianget Timur Kec. Kalianget Kab. Sumenep Prov. Jawa Timur.
<https://kaliangettimur.desa.sumenepkab.go.id/>. Diakses tanggal 30 Agustus 2023