

EDUKASI TEH HERBAL DAUN KELOR (*MORINGA OLEIFERA* L.) SEBAGAI PENGobatan *ARTHRITIS GOUT* BAGI MASYARAKAT DI DESA MERSAM, KECAMATAN MERSAM, KABUPATEN BATANGHARI

Jelly Permatasari¹, Jihan Almasshabihah², Nurmillah Tul Sa'diah³, Rahmah⁴, Retnasih Fitriani⁵, Gebyta Sari Sihombing⁶, Salwa Khairunisa⁷, Fika Juliandari⁸, Anggita Yuriski⁹,
Marcellino Yode Irawan Tjhin¹⁰

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10}STIKES Harapan Ibu Jambi, Indonesia

Email: jelly.permatasari@gmail.com¹, jihanalmasshabihah5@gmail.com²,
nurmillajbi@gmail.com³, rahmah0137@gmail.com⁴, retnasihfitriani31@gmail.com⁵,
gebytasihombing@gmail.com⁶, salwakhairunisa81@gmail.com⁷,
fikajuliandari7@gmail.com⁸, anggitayuriski25@gmail.com⁹, marcellino.y2002@gmail.com¹⁰

ABSTRAK

Hiperurisemia adalah suatu kondisi dimana kadar asam urat dalam darah melebihi batas normal. Kadar asam urat normal pada laki-laki adalah 3,4-7 mg/dL dan pada perempuan 2,4-6 mg/dL. Manifestasi klinis pada kondisi ini ditandai dengan adanya nyeri terutama pada bagian-bagian persendian yang diakibatkan penumpukan kristal monosodium urat (tophi). Tujuan dari penyuluhan ini agar warga Desa Mersam mengetahui, memahami, serta mengimplementasikan pengetahuan terkait penyakit asam urat beserta penanganannya dalam kehidupan sehari-hari. Metode yang digunakan yaitu pemaparan materi tentang penyakit asam urat, terapi non-farmakologi (pemanfaatan dan pengolahan tanaman herbal yaitu daun kelor), *pre-test* dan *post-test*, serta pemeriksaan kesehatan kadar asam urat yang dilakukan kepada 35 warga RT 11 dan RT 12 Desa Mersam. Dari hasil pemeriksaan yang dilakukan diperoleh 17 dari 35 warga mengalami hiperurisemia. Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan warga terkait ruang lingkup penyakit asam urat dan pemanfaatan serta cara pengolahan daun kelor (*Moringa Oleifera* L.) dalam menurunkan kadar asam urat.

Kata Kunci: Hiperurisemia, Asam Urat, Daun Kelor.

ABSTRACT

Hyperuricemia is a condition in which uric acid levels in the blood exceed normal limits. Normal uric acid levels range from 3.4–7 mg/dL in men and 2.4–6 mg/dL in women. The clinical manifestations of this condition are characterized by pain, particularly in the joints, caused by the accumulation of monosodium urate crystals (tophi). The purpose of this health education program is to ensure that residents of Mersam Village acquire knowledge, understand, and apply information related to gout and its management in daily life. The method used includes the presentation of materials about gout, non-pharmacological therapy (utilization and processing of herbal plants, specifically Moringa leaves), pre-test and post-test assessments, as well as uric acid level examinations conducted on 35 residents of RT 11

and RT 12 in Mersam Village. The examination results revealed that 17 out of 35 residents had hyperuricemia. Based on the pre-test and post-test results, it can be concluded that there was an increase in residents' knowledge regarding gout, including the utilization and processing of Moringa leaves (Moringa oleifera L.) to reduce uric acid levels.

Keywords: Hyperuricemia, Uric Acid, Moringa Leaves.

A. PENDAHULUAN

Penyakit yang sering dialami oleh masyarakat adalah penyakit asam urat (arthritis gout). Gangguan metabolisme yang mendasarkan penyakit ini adalah hiperurisemia yang ditandai dengan meningkatnya kadar asam urat >7 mg/dl (laki-laki) dan >6 mg/dl (perempuan) (Utami & Susanti, 2023). Asam urat sering muncul sebagai peradangan sendi (monoarthritis) yang parah, dengan serangan akut pada sendi ekstremitas bawah, seperti sendi metatarsophalangeal pertama (MTP) atau pergelangan kaki (Permatasari et al., 2024), dan juga biasanya terjadi di beberapa sendi, seperti jari kaki, lutut, dan ibu jari kaki (Amrullah et al., 2023). Kondisi ini ditandai dengan adanya nyeri terutama pada bagian-bagian persendian yang diakibatkan penumpukan kristal monosodium urat (tophi) (Harahap & Sawitri, 2024).

Faktor penyebab orang terserang penyakit asam urat, adalah genetik atau riwayat keluarga maupun asupan senyawa purin berlebihan, konsumsi alkohol berlebih, kegemukan (obesitas), hipertensi, gangguan fungsi ginjal serta obat-obat tertentu (terutama diuretika) (Kumala & Hadiati, 2024). Sumber utama purin dalam tubuh berasal dari makanan dan dari hasil metabolisme DNA tubuh. Purin berasal dari makanan merupakan hasil dari pemecahan nukleoprotein makanan yang dilakukan oleh dinding saluran cerna. Sehingga peningkatan kadar asam urat darah diakibatkan oleh seseorang mengonsumsi makanan yang mengandung tinggi purin (Sueni et al., 2021). Purin dapat ditemukan pada makanan seperti daging, jeroan, seafood, beberapa jenis sayuran dan juga kacang-kacangan (Amrullah et al., 2023).

Gejala asam urat dapat terjadi ketika ginjal tidak mampu mengeluarkan zat. Zat tersebut mengkristal yang akan menjadi asam urat dan mengalami penumpukan di berbagai titik sendi dan jaringan tubuh lainnya. Akibatnya sendi akan terasa bengkak, meradang, nyeri, kaku, rasa panas, muncul warna kemerahan pada kulit sendi, dan rasa ngilu, biasanya terjadi pada malam hari yang timbul secara mendadak (Barokah & Ramadhan, 2023). Saat gejala mereda dan bengkak pun mengempis, kulit di sekitar sendi yang terkena akan tampak seperti bersisik, terkelupas dan terasa gatal. Meski gejala penyakit ini bisa mereda dengan sendirinya, harus

tetap dilakukan pengobatan untuk mencegah risiko kambuh dengan tingkat gejala yang meningkat (Widiyanto et al., 2022).

Terapi arthritis gout dapat dilakukan dengan dua pendekatan yaitu farmakologis dan non farmakologis. Terapi farmakologis yaitu pemberian obat allopurinol, obat anti inflamasi nonsteroid (OAINS), kolkisin, dan kortikosteroid (Toto & Nababan, 2023). Terapi non-farmakologis dapat dilakukan salah satunya dengan pemanfaatan herbal. Pemanfaatan herbal adalah sebagai obat dalam ramuan seduhan, jamu, Obat Herbal Terstandar dan Fitofarmaka (Yulianis et al., 2021). Dalam hal ini pemanfaatan daun kelor dalam bentuk teh herbal dapat menjadi alternatif alami penurun kadar asam urat tinggi. Kandungan yang ada dalam daun kelor dipercaya bisa menurunkan kadar asam urat yang berlebih pada tubuh. Daun kelor mengandung flavonoid kuersetin, mengonsumsi kuersetin dalam jumlah yang tepat dapat membantu menurunkan kadar asam urat dalam darah. Hal ini terjadi karena kuersetin dapat mengaktifkan enzim urikase yang mempercepat pengeluaran asam urat melalui urin dan juga flavonoid dapat menghambat aktivitas enzim xanthine oksidase melalui interaksi dengan enzim tersebut pada gugus samping dan mekanisme inhibisi kompetitif (Putra et al., 2019).

Dari latar belakang diatas, maka dilakukan kegiatan edukasi mengenai penyakit asam urat (arthritis gout) dan alternatif bahan alam untuk mengendalikan dan mencegah penyakit tersebut dengan memanfaatkan tanaman herbal yang mudah didapat. Dengan bertambahnya wawasan masyarakat diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup mereka baik yang menderita arthritis gout maupun yang tidak menderita arthritis gout agar dapat mencegah penyakit ini sedini mungkin.

B. METODE PENELITIAN

Kegiatan edukasi kepada masyarakat ini dilakukan oleh Mahasiswa KKN STIKES Harapan Ibu Jambi pada 19 Januari 2025. Kegiatan pengabdian dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu tahap persiapan, pelaksanaan (edukasi), dan evaluasi. Peserta pada kegiatan ini yaitu masyarakat setempat RT 11 dan RT 12 Desa Mersam.

a. Persiapan

Tahap persiapan dalam kegiatan ini dimulai dengan membuat media yang akan digunakan selama kegiatan seperti *leaflet* yang berisi materi penyuluhan mengenai penyakit asam urat, soal *pre-test* dan *post-test*, produk teh daun kelor, serta mempersiapkan alat cek asam urat.

Langkah-langkah pembuatan teh herbal daun kelor :

1. Siapkan daun kelor segar sebanyak 500 gram
2. Cuci bersih daun kelor
3. Pisahkan daun kelor dari rantingnya
4. Tiriskan daun kelor
5. Jemur daun kelor hingga kering, hindari penjemuran di bawah sinar matahari langsung
6. Blender daun kelor hingga kecil-kecil
7. Masukkan ke dalam kantong teh
8. Seduh teh daun kelor dalam air mendidih selama 5-10 menit
9. Tambahkan sedikit pemanis
10. Minum teh daun kelor selagi hangat.



Gambar 1. Leaflet Asam Urat



Gambar 2. Leaflet Teh Daun Kelor

b. Pelaksanaan

Kegiatan sosialisasi edukasi dan pemeriksaan asam urat yang berlangsung selama 1 hari. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 19 Januari 2025 pukul 15.00-17.00 WIB di rumah warga RT 11 dan RT 12. Kegiatan ini diawali dengan menjawab soal *pre-test*, penyuluhan kepada masyarakat tentang penyakit asam urat dan cara pembuatan teh herbal daun kelor sebagai

antihiperurisemia, melakukan pemeriksaan kesehatan kadar asam urat kepada 35 orang warga Desa Mersam dan diakhiri dengan menjawab *post-test*.



Gambar 3. Pengerjaan Soal *Pre-Test*



Gambar 4. Penyampaian Materi



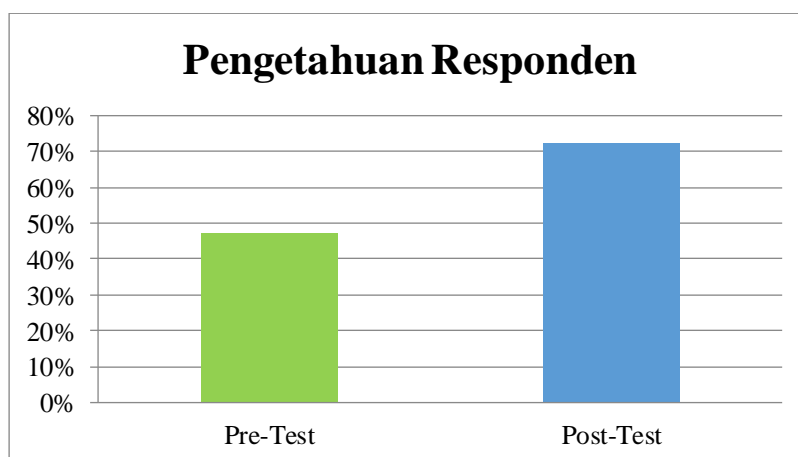
Gambar 5. Pemeriksaan Kadar Asam Urat

Gambar 6. Pengerjaan Soal *Post-Test*

a. Evaluasi

Pada kegiatan ini dilakukan *pre-test* dan *post-test* kepada masyarakat. *Pre-test* dilakukan bertujuan untuk melihat sejauh mana pengetahuan awal yang dimiliki oleh masyarakat terkait daun kelor sebagai antihiperurisemia dan *post-test* sebagai evaluasi untuk menilai sejauh mana peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pemanfaatan daun kelor sebagai antihiperurisemia.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambar 7. Persentase *Pre-Test* dan *Post-Test* Asam Urat

Berdasarkan data diatas, tingkat pengetahuan responden pada *pre-test* adalah 47,14%, namun setelah dilakukan kegiatan sosialisasi edukasi hasil persentasenya meningkat menjadi 72,28% pada saat *post-test*. Hal ini menandakan bahwa pengetahuan responden meningkat setelah pemberian materi terkait asam urat. Dari hasil pemeriksaan kesehatan kadar asam urat

yang dilakukan terhadap 35 warga, ditemukan adanya kadar asam urat yang diatas normal. Untuk kadar asam urat normal 2,4 – 6 mg/dL (perempuan) dan 3,4 – 7 mg/dL (laki-laki), diantara 35 warga terdapat 17 warga yang mengidap hiperurisemia.

Kegiatan sosialisasi edukasi yang dilakukan yaitu pemberian materi seputar penyakit asam urat yang dimulai dari pengertian asam urat, gejala dan tanda, penyebab, terapi farmakologi hingga terapi non farmakologi. Terapi non-farmakologi yang dijelaskan yaitu terkait cara pemanfaatan dan pengolahan tanaman bahan alam yang memiliki manfaat dalam menurunkan kadar asam urat. Tanaman tersebut mudah didapatkan disekitar Desa Mersam yaitu Daun Kelor (*Moringa oleifera* L.).

Tanaman Kelor (*Moringa oleifera* L.) banyak dimanfaatkan oleh masyarakat umum terutama di Indonesia. Daun Kelor banyak digunakan sebagai obat tradisional untuk menyembuhkan beberapa penyakit medis dan non-medis. Senyawa kimia yang terkandung dalam daun kelor diantaranya flavonoid, tanin, steroid, triterpenoid, saponin, antrakuinon dan alkaloid. Kandungan senyawa flavonoid pada daun kelor ini diyakini dapat menurunkan kadar asam urat dalam darah dengan menghambat enzim *xanthine oksidase*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan sebelumnya, menyebutkan bahwa pemberian ekstrak daun kelor dengan dosis 18 mg/gBB dapat menurunkan kadar asam urat pada tikus putih jantan galur wistar (Meilanda, R & Lanuari, N. 2023). Maka dari itu, daun kelor yang telah dimodifikasi menjadi teh daun kelor ini disosialisasikan kepada warga Desa Mersam sebagai alternatif pengobatan herbal untuk penyakit asam urat (*arthritis gout*).

Cara pengolahannya yaitu dengan menyiapkan 500 gram daun kelor, cuci bersih daun kelor lalu pisahkan daun kelor dari rantingnya, tiriskan lalu keringkan dengan cara diangin-anginkan dan hindari penjemuran di bawah sinar matahari langsung. Haluskan daun kelor hingga kecil, masukkan bubuk daun kelor ke dalam kantong teh, seduh teh daun kelor dalam air mendidih selama 5 menit, tambahkan sedikit pemanis, teh daun kelor siap disajikan (Lestari *et al.*, 2024)

Penggunaan daun kelor (*Moringa oleifera* L.) dalam mengatasi hiperurisemia oleh warga Desa Mersam ternyata sudah sering dilakukan sejak dulu. Hal ini menunjukkan bahwa masyarakat telah memahami manfaat dari daun kelor sebagai alternatif pengobatan alami dan telah menggunakannya secara turun-temurun dalam kehidupan sehari-hari. Sebagai inovasi, kami memberikan inovasi daun kelor dalam bentuk sediaan teh agar lebih mudah dikonsumsi masyarakat. Hal lain yang juga dapat dilakukan oleh masyarakat untuk mengatasi

hiperurisemia berbasis bahan alam seperti yang dilakukan oleh Permatasari *et al.*, (2024) pada kegiatan pengabdian masyarakat lainnya yaitu dengan pemanfaatan daun salam.

D. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan penyuluhan edukasi dan pemeriksaan kadar asam urat dilaksanakan di Desa Mersam pada tanggal 19 Januari 2025. Kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan dampak positif kepada sejumlah masyarakat karena dengan adanya kegiatan edukasi tentang penyakit asam urat yang disertai dengan bagaimana cara pencegahan dan penanganan penyakit ini membuat masyarakat sadar pentingnya untuk selalu menjaga kesehatan dari dini serta masyarakat dapat memanfaatkan tanaman yang ada di lingkungan sekitar masyarakat Desa Mersam sebagai alternatif pengobatan seperti daun kelor sebagai antihiperurisemia.

DAFTAR PUSTAKA

- Amrullah, A. A., Fatimah, K. S., Nandy, N. P., Wulan Septiana, Siti Nurul Azizah, Nursalsabila Nursalsabila, Adzkia Hayyanal Alya, Dayini Batrisyia, & Nabiilah Salsa Zain. (2023). Gambaran Asam Urat pada Lansia di Posyandu Melati Kecamatan Cipayung Jakarta Timur. *Jurnal Ventilator*, 1(2), 162–175.
- Barokah, F. A., & Ramadhan, G. E. (2023). Pengaruh Pemberian Jus Nanas Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat pada Lansia di RT 05 RW 06 Kelurahan Rempoa Kecamatan Ciputat Timur Kota Tangerang Selatan. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 121–128.
- Harahap, D. A., & Sawitri, H. (2024). Upaya Pemecahan Masalah Gout Arthritis pada Pasien Perempuan Usia 23 Tahun di Puskesmas Meurah Mulia Kabupaten Aceh Utara. *GALENICAL : Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh*, 3(3), 51.
- Kumala, I. R., & Hadiati, S. (2024). Upaya Peningkatan Kesehatan di Hari Tua dengan Edukasi dan Pemeriksaan Asam Urat , Gula Darah , dan Kolesterol di Desa Bebel. 1(2), 10–14.
- Lestari, T., Rahadian, G. H., Azahra, F. F., Gunawan, C. A., Rahmi, S. G., & Fauziarahma, W. (2024). Optimalisasi Pemanfaatan Daun Kelor Sebagai Teh Herbal untuk Peningkatan Kesehatan Masyarakat Desa Sindangasih. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 8(5), 4371–4378.
- Meilanda, R., & Lanuari, N. N. (2023). Uji Efek Penurunan Kadar Asam Urat Ekstrak Daun Kelor (*Moringa Oleifera* Lamk) pada Tikus Putih Jantan Galur Wistar (*Rattus*

- Norvegicus). *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 186–196.
<https://doi.org/10.55123/sehatmas.v2i1.1012>
- Permatasari, J., Sardiana, T. M., & Febriyeni, M. A. (2024). Penyuluhan Pemanfaatan Tanaman Herbal untuk Penyakit Asam Urat. *Jurnal Kesehatan Unggul Gemilang*, 8(1).
- Putra, B., Azizah, R. N., & Clara, A. (2019). Potensi Ekstrak Etanol Daun Kelor (*Moringa oleifera* L.) dalam Menurunkan Kadar Asam Urat Tikus Putih. *Ad-Dawaa' Journal of Pharmaceutical Sciences*, 2(2), 63–69.
- Sueni, Haniarti, & Rusman, A. D. P. (2021). Analisis Penyebab Faktor Risiko Terhadap Peningkatan Penderita Gout (Asam Urat) Di Wilayah Kerja Puskesmas Suppa Kecamatan Suppa Kabupaten Pinrang. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 4(1), 1–9.
- Toto, E. M., & Nababan, S. (2023). Penerapan Terapi Non-Farmakologis Mengurangi Nyeri dan Menurunkan Kadar Asam Urat Lansia Gout Arthritis. *Ners Muda*, 4(1), 13.
- Utami, M. P. S., & Susanti, B. A. D. (2023). Edukasi Kompres Hangat Daun Kelor Sebagai Manajemen Non Farmakologi Nyeri Asam Urat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(9), 3293–3298.
- Widiyanto, A., Budi, A., Duarsa, S., Mubarak, A. S., Setiawan Manurung, B., Prabowo, T. G., Prayoga, W., Aji, R., Dina, A., Agustina, N., Miya, S., Larasati, T., Putri, M., Prayogi, W., Fatonah, U., Permatasari, R., Dewi, A., Choiri, A., Novianti, N., ... Putra, N. S. (2022). Pengabdian Masyarakat: Inovasi Senam Peregangan Sendi Sebagai Upaya Promotif Dan Preventif Terhadap Peningkatan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Dusun Sokokerep, Desa Garangan, Kecamatan Wonosamodro Kabupaten Boyolali. *JAM: Jurnal Abdi Masyarakat*, 3(1), 33–40.
- Yulianis, Dewi, R., Meirista, I., Permatasari, J., Hadriyati, A., & Andriani, M. (2021). Sosialisasi Tentang Sehat dengan Obat Tradisional dan Suplemen Kesehatan di Masa New Normal Covid-19. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1).