

Upaya Pencegahan dan Pengobatan Penyakit Asam Urat Menggunakan Tanaman Sirih Cina (*Peperomia pellucida* L Kunth) di RT 28 Kelurahan Lebak Bandung Kecamatan Jelutung, Kota Jambi

Ani Marlina¹, Fadillah Salsabilla², Ruri Putri Mariska^{*3}

^{1,2,3}Program Studi Farmasi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Harapan Ibu Jambi, Indonesia

*e-mail: animarlina34@gmail.com¹, fadillahsalsabilla13@gmail.com², ruripu3mariska@gmail.com³

Abstrak

Dalam upaya pemeliharaan kesehatan, pencegahan penyakit, dan perawatan kesehatan, sudah sejak zaman dahulu masyarakat Indonesia memanfaatkan tanaman herbal sebagai obat tradisional untuk menunjang kesehatan. Dewasa ini seiring dengan perkembangan zaman penggunaan obat tradisional mulai ditinggalkan dan beralih ke penggunaan obat konvensional karena efek yang diberikan lebih cepat dan juga praktis. Untuk itu perlu adanya kegiatan penyuluhan mengenai pemanfaatan tanaman herbal untuk meningkatkan minat masyarakat terhadap penggunaan obat tradisional dalam rangka pencegahan dan pengobatan penyakit untuk menciptakan peningkatan kualitas kesehatan di RT 28 Kelurahan Lebak Bandung Kecamatan Jelutung Kota Jambi. Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah (presentasi) secara langsung terhadap 30 orang warga setempat, juga tanya jawab diikuti dengan kegiatan demonstrasi pemanfaatan tanaman sirih cina untuk menurunkan kadar asam urat. Target dari kegiatan ini adalah warga sekitar mendapat tambahan ilmu pengetahuan dan juga memperoleh manfaat dari pemanfaatan tanaman sirih cina untuk menurunkan kadar asam urat dalam darah. Hasil dari kegiatan ini masyarakat sangat antusias dalam mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir dan berperan aktif dalam kegiatan pengabdian.

Kata kunci: Asam Urat, Obat Tradisional, Sirih Cina (*Peperomia pellucida* L Kunth)

Abstract

In efforts to maintain health, prevent disease and health care, since ancient times, Indonesian people have used herbal plants as traditional medicines to support health. Today, along with the development of the times, the use of traditional medicines is starting to be abandoned and they are switching to the use of conventional medicines because the effects they provide are faster and also practical. For this reason, it is necessary to have counseling activities regarding the use of herbal plants to increase public interest in the use of traditional medicines in the context of disease prevention and treatment to create an increase in the quality of health in RT 28 Lebak Bandung Village, Jelutung District, Jambi City. The counseling activity was carried out using the lecture method (presentation) directly to 30 local residents, as well as a question and answer session followed by a demonstration of the use of the Chinese betel plant to reduce uric acid levels. The target of this activity is that local residents will gain additional knowledge and also benefit from the use of the Chinese betel nut to reduce uric acid levels in the blood. As a result of this activity, the community was very enthusiastic in participating in activities from start to finish and played an active role in community service activities.

Keywords: Gout, Sirih Cina (*Peperomia pellucida* L Kunth), Traditional Medicine

1. PENDAHULUAN

Penyakit asam urat atau gout adalah salah satu jenis penyakit radang sendi yang terjadi karena adanya penumpukan kristal asam urat. Kondisi ini dapat terjadi pada sendi mana pun, seperti jari kaki, pergelangan kaki, lutut, dan paling sering di jempol kaki.

Asam urat adalah hasil proses metabolisme yang normal dihasilkan setiap individu dari pemecahan protein, terutama purin. Sumber purin yang akan dimetabolisme menjadi asam urat sebagian berasal dari makanan yang dikonsumsi (20%), tapi sebagian besar (>80%) adalah hasil metabolisme sel yang terjadi terus-menerus sepanjang hari (Hidayat, 2022). Kadar asam urat dalam darah bisa meningkat bila seseorang terlalu banyak mengonsumsi makanan yang

mengandung purin tinggi, seperti: ekstrak daging, kerang dan jeroan seperti hati, ginjal, limpa, paru dan otak (Misnadiarly, 2007).

Asam urat secara alamiah mempunyai peran yang sangat penting sebagai anti-oksidan, sehingga tetap perlu dipertahankan kadarnya di rentang normal dan tidak terlalu rendah. Beberapa penelitian yang melihat efek kadar asam urat yang terlalu rendah terutama pada kelompok pasien usia lanjut, ternyata menyebabkan angka gangguan kognitif (demensia) yang lebih tinggi (Hidayat, 2022).

Normalnya, kadar asam urat dalam darah manusia berkisar antara 3,4 – 7,0 mg/dL pada laki laki, pada perempuan antara 2,4 – 6,0 mg/dL dan 2,0 – 5,5 mg/dL pada kelompok anak-anak (Angriani, et al., 2018; Misnadiarly, 2007).

Berdasarkan hasil Utama RISKESDAS tahun 2018, di Indonesia prevalensi goat arthritis di Indonesia mencapai sekitar 7,3% atau sekitar 730 ribu, dengan angka perbandingan pasien wanita tiga kali lipat dari laki-laki dan kebanyakan penderita goat arthritis yaitu usia lanjut diatas 45 tahun. Prevelensi penyakit sendi terbanyak yaitu di Aceh yang menempati urutan pertama sebanyak 13,3% (Putri, et al., 2021).

Menurut data yang diperoleh dari Dinas kesehatan Provinsi Jambi penyakit goat arthritis pada penduduk usia lebih dari 15 tahun di Provinsi Jambi tahun 2018, penderita goat arthritis sebanyak 10,5% (Putri, et al., 2021).

Menurut data awal yang di lakukan terhadap 10 orang responden dalam kelompok pengajian warga RT 28 Kelurahan lebak bandung, Gejala penyakit asam urat yang dirasakan ialah nyeri pada persendian, baik itu pada jari kaki, jari tangan maupun pada lutut, kekakuan pada sendi serta sering mengalami kebas dan kesemutan.

Berdasarkan studi pendahuluan pada 30 orang lansia setelah dilakukan pemeriksaan asam urat terdapat 17 orang (57%) lansia yang mengalami hiperurisemia dan 12 orang (43%) tidak mengalami hiperurisemia.

Tingginya asam urat pada tubuh akan menimbulkan komplikasi berbagai penyakit berbahaya seperti, gangguan ginjal, jantung koroner, dan diabetes millitus nyeri yang berkelanjutan atau tidak ditangani secara tepat dan adekuat, memicu respon stres yang berkepanjangan akan memperburuk kualitas kesehatan seseorang (Putri, et al., 2021). Tanpa penanganan yang efektif kondisi ini dapat berkembang menjadi gout kronis, terbentuknya tofus dan bahkan dapat mengakibatkan gangguan fungsi ginjal berat serta penurunan kualitas hidup (IRA, 2018). Prinsip umum pengelolaan hiperurisemia dan gout (IRA, 2018).

- a. Setiap pasien hiperurisemia dan gout harus mendapat informasi yang memadai tentang penyakit gout dan tatalaksana yang efektif termasuk tatalaksana terhadap penyakit komorbid.
- b. Setiap pasien hiperurisemia dan gout harus diberi nasehat mengenai modifikasi gaya hidup seperti menurunkan berat badan hingga ideal, menghindari alkohol, minuman yang mengandung gula pemanis buatan, makanan berkalori tinggi serta daging merah dan seafood berlebihan, serta dianjurkan untuk mengonsumsi makanan rendah lemak, dan latihan fisik teratur.
- c. Setiap pasien dengan gout secara sistematis harus dilakukan anamnesis dan pemeriksaan penapisan untuk penyakit komorbid terutama yang berpengaruh terhadap terapi penyakit gout dan faktor risiko kardiovaskular, termasuk gangguan fungsi ginjal, penyakit jantung koroner, gagal jantung, stroke, penyakit arteri perifer, obesitas, hipertensi, diabetes, dan merokok.

Tatalaksana hiperurisemia tanpa gejala klinis dapat dilakukan dengan modifikasi gaya hidup, termasuk pola diet seperti pada prinsip umum pengelolaan hiperurisemia dan gout (IRA, 2018). Salah satu pilihan yang dapat digunakan untuk penatalaksanaan hiperurisemia adalah dengan menggunakan tanaman herbal. Salah satu tanaman yang dapat digunakan untuk menurunkan kadar asam urat dalam darah adalah tanaman sirih cina (*Peperomia pellucida L Kunth*).

Berdasarkan hasil penelitian Hulkiawar tahun 2022, Pemberian sirup sirih cina (*Peperomia pellucida L Kunth*) menunjukkan adanya perubahan yang signifikan yaitu perlakuan

pemberian sirup sirih cina 1.8 ml/ekor/hari (P1) dan 3.6ml/ekor/hari (P2) berbeda nyata dengan kontrol negatif ($P < 0.05$), sedangkan pemberian allopurinol 0.11ml/ekor/hari tidak berbeda nyata dengan perlakuan sirup sirih cina 1.8 ml/ekor/hari (P1) dan 3.6ml/ekor/hari (P2) ($P > 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa penurunan kadar asam urat dalam darah tikus setara normal yang berarti pemberian sirup sirih cina secara teratur dapat menurunkan kadar asam urat dan memiliki efek yang sama dengan pemberian allopurinol.

Tanaman sirih cina sering tumbuh liar di pekarangan rumah warga RT 28 Kelurahan Lebak Bandung Kecamatan Jelutung Kota Jambi. Sebagian warga telah memanfaatkan tanaman tersebut sebagai lalapan atau dibuat tumis. Namun sebagian besar justru menganggap tanaman tersebut hanya sebagai tumbuhan liar.

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat oleh kampus Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Harapan Ibu Jambi program studi Farmasi ini dilaksanakan di RT 28. Kelurahan Lebak Bandung Kecamatan Jelutung Kota Jambi.

Populasi pada kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Masyarakat yang ada di RT 28. Kelurahan Lebak Bandung Kecamatan Jelutung Kota Jambi. Jumlah sampel dari kegiatan ini adalah 30 orang dari kelompok arisan ibu-ibu dan usia rata-rata responden berumur diatas 45 tahun. Alat pengumpul data yang digunakan adalah lembar kuesioner, dan alat mengecek kadar asam urat

Metode pelaksanaan kegiatannya dilakukan secara langsung kepada masyarakat dengan metode ceramah (presentasi), demonstrasi cara pemanfaatan sirih cina untuk pencegahan dan pengobatan asam urat serta diskusi yang diikuti oleh 30 orang responden yang dilaksanakan di salah satu rumah salah satu warga. Tahapan kegiatan penyuluhan diawali dengan pembukaan oleh moderator, menjelaskan mekanisme kegiatan selanjutnya pelaksanaan kegiatan kepada masyarakat yang disampaikan oleh pemateri terkait obat tradisional dan cara penggunaan obat tradisional, obat konvensional dan cara penanganan obat konvensional serta demonstrasi pemanfaatan sirih cina untuk pencegahan dan pengobatan asam urat, sesi tanya jawab dan penutupan oleh moderator.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan oleh program studi farmasi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Harapan Ibu Jambi dengan judul Upaya Pencegahan Dan Pengobatan Penyakit Asam Urat Dengan Menggunakan Tanaman Sirih Cina di RT 28 Kelurahan Lebak Bandung Kecamatan Jelutung Kota Jambi yang telah dilaksanakan pada bulan November 2022 di salah satu rumah warga di RT 28 bersama dengan warga desa setempat mendapatkan hasil yang sangat baik dan sesuai dengan harapan.

Kegiatan penyuluhan dilaksanakan di salah satu rumah warga dan diikuti oleh 30 orang warga. Sebagian besar warga yang mengikuti kegiatan penyuluhan adalah para pekerja swasta, wiraswasta dan ibu rumah tangga dengan usia rata-rata diatas 45 tahun. Materi yang disampaikan saat penyuluhan adalah mengenai obat tradisional, macam-macam obat tradisional dan cara penggunaan beberapa tanaman herbal. Selain itu juga disampaikan mengenai obat konvensional, jenis dan cara mendapatkan obat konvensional serta penanganan obat yang baik dan benar. Dari hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat, warga sangat antusias dalam mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir, terlihat dari banyaknya warga yang tertarik mengajukan beberapa pertanyaan yang relevan dengan keadaan kesehatan yang mereka alami serta warga yang tetap semangat untuk dapat hadir kembali dan mengikuti kegiatan demonstrasi meskipun dalam keadaan hujan. Selain itu, dari hasil pengabdian masyarakat ini juga diharapkan masyarakat dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari dalam upaya pencegahan dan pengobatan penyakit.

Salah satu tanaman yang banyak dijumpai di lingkungan RT 28 adalah tanaman sirih cina (*Peperomia pellucida* L Kunth). Tanaman ini sering dimanfaatkan sebagai lalapan ataupun sebagai sayur untuk ditumis. Namun, belum banyak yang mengetahui manfaat sirih cina (*Peperomia pellucida* L Kunth) untuk pengobatan tradisional. Salah satu manfaat dari sirih cina adalah untuk menurunkan kadar asam urat dalam darah. Hal ini senada dengan hasil penelitian yang dilakukan Hulkiawar tahun 2022 yang menyatakan bahwa pemberian sirup sirih cina pada tikus secara teratur dapat menurunkan kadar asam urat dan memiliki efek yang sama dengan pemberian allopurinol.



Gambar 1. Tumbuhan Sirih Cina (*Peperomia pellucida* L Kunth)

Nama daerah: ketumpang air (Melayu), saladan (Sunda), sladanan (Jawa), gofu gerobo (Ternate)
Sistem klasifikasi (Yuliana & Ami, 2020).

Kingdom : plantae
Divisi : magnolliophyta
Kelas : magnoliopsida
Ordo : piperales
Famili : piperaceae
Genus : peperomea
Spesies : *Peperomia pellucida*(L)

Sirih cina (*Peperomia pellucida* L Kunth) adalah tumbuhan terna kecil semusim dan berakal dangkal. Ukurannya 15-45 cm. batangnya sukulen (berair), serah berdaging demikian pula daunnya yang agak tebal tapi lunak. Habitatnya biasanya tumbuh liar ditepi saluran air atau pematang dan taman. Tanaman ini digunakan sebagai makanan, penyedap rasa dan obat. Tanaman ini digunakan sebagai obat untuk mengobati berbagai penyakit ataupun gangguan seperti asma, rematik, demam, gangguan lambung, infeksi ginjal, ambeien, nyeri sendi, hipertensi, diare, gigitan ular, dan campak (Yuliana & Ami, 2020).

Sirih Cina memiliki rasa pedas dan bersifat sejuk berguna sebagai antiradang (anti inflamasi dan meredakan sakit (analgesik) untuk rematik gout, menurunkan asam urat, nyeri pada rematik, luka karena terpukul, sakit perut, sakit kepala, radang kulit, bisul dan abses. Dosis pemakaian 15-30 gr herba direbus, kemudian diminum airnya (Wijayakusuma, 2006)

Cara penggunaan sirih cina sebagai obat asam urat juga tergolong sangat mudah caranya: Ambil 1 genggam tanaman sirih cina/ketumpang air cuci bersih, rebus dengan 2,5 gelas air hingga tersisa 2 gelas, saring kemudian dapat diminum 2x pagi dan sore hari. Berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan tahun 2017 tentang Formularium Ramuan Obat Tradisional, Perebusan bahan herbal dapat dilakukan selama 15-30 menit pada suhu (90-98°) dengan api kecil.

Secara umum satuan takar dalam penggunaan ramuan obat tradisional untuk pengobatan menurut Kepmenkes, 2017 sebagai berikut:

- 1 genggam setara dengan 80 g bahan segar
- bahan kering (simplicia) setara dengan 40-60 % dari bahan segar
- 1 ibu jari setara dengan 8 cm atau 10 g bahan segar
- 1 cangkir setara dengan 100 mL

- e. 1 gelas = 1 gelas belimbing setara dengan 200 mL
- f. 1 sendok makan (sdm) setara dengan 15 mL
- g. 1 sendok teh (sdt) setara dengan 5 mL

Alat merebus simplisia tidak boleh menggunakan logam, kecuali stainless steel. Alat merebus simplisia sebaiknya terbuat dari kaca, keramik, atau porselen.



(a)



(b)

Gambar 2. a) kegiatan demonstrasi b) kegiatan penyuluhan



(a)



(b)

Gambar 3. a) Persiapan Bahan b) Proses Perebusan Tanaman Sirih Cina

Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dilakukan sirih cina atau yang juga dikenal dengan ketumpang air mengandung beberapa komponen aktif seperti *alkaloid, flavonoid, saponin, tannin cardiac glycoside, phytol, 2-naphthalenol, decahydro, hexadecanoic acid methyl ester, dan 9,12- oktadecadienoic acid*. Kandungan aktif ini berpotensi sebagai antikanker, antimikroba, dan antioksidan, juga bersifat antiperadangan dan analgesik (Roosita, *et. Al.*2020)

Sirih cina merupakan salah satu tanaman yang berpotensi untuk menyembuhkan berbagai penyakit salah satunya adalah menurunkan kadar asam urat dalam darah. Sirih cina mengandung senyawa kimia yaitu *flavonid dan saponin* yang mekanisme kerjanya menghambat aktivitas *xanthine okside* (Khan, 2018 dalam Imbar, A.C, *et.al.*, 2019), yang mampu menghambat *xantine okside* yaitu enzim yang dapat mengubah hipoxathine menjadi *xantine*, selanjutnya mengubah *xantine* menjadi purin (Hulkiawar, *et al.*, 2022) Sehingga pembentukan purin di dalam tubuh terhambat dan penumpukan purin dapat dikurangi.

Begitu banyak manfaat tanaman sirih cina untuk meningkatkan kesehatan masyarakat dan diharapkan masyarakat juga dapat mengimplemetasikan pembuatan rebusan daun sirih cina untuk upaya pencegahan dan pengobatan penyakit asam urat dan lebih peduli terhadap penggunaan tanaman berkhasiat obat lainnya.

4. KESIMPULAN

Dari hasil kegiatan penyuluhan di RT 28 Kelurahan Lebak Bandung Kecamatan Jelutung Kota Jambi dapat disimpulkan bahwa kegiatan penyuluhan terhadap pemanfaatan taaman herbal sangat penting dilakukan. Melalui kegiatan penyuluhan ini diharapkan masyarakat lebih peduli terhadap tanaman berkhasiat obat dan membudidayakan tanaman obat keluarga dan lebih peduli terhadap perawatan kesehatan karena mencegah lebih baik dari pada mengobati.

DAFTAR PUSTAKA

- Angriani, E. *et al.* (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gout Arthritis Masyarakat Melayu. *JoM FKp*, Vol.5 No.2 (Juli-Desember) 2018, hal 684
- Hulkiawar, W.Y, *et al.* (2022). Efek antihiperuricemia sirup sirih cina pada *tikus rattus norvegicus* model asam urat. *Jurnal Kalwelo Sains (KASA)* ISSN 2722-69649 (online), Vol. 3 No. 1, hal 24
- Hidayat, R. (2022). Penyakit Asam Urat Apakah Berbahaya. Artikel Kementrian Kesehatan Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan diakses di alamat http://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1413/penyakit-asam-urat-apakah-berbahaya
- IRA. (2018). Pedoman Diagnosis dan Pengelolaan Gout Rekomendasi Pedoman Diagnosis dan Pengelolaan Gout Perhimpunan Reumatologi Indonesia. Jakarta: Perhimpunan Reumatologi
- Imbar, A.C, *et al.* (2019). Uji Aktivitas Antiheperuricemia Ekstrak Etanol Tumbuhan Suruhan Terhadap Tikus Putih Jantan (*gallur wistar*) Yang Di Induksi Kafein. *PHARMACON- Program Studi Faramasi FMIPA Universitas Sam Ratulangi*, Vol. 8 No. 4, hal 959
- Kemenkes RI. (2017). Formularium Ramuan Obat Tradisional. Menteri Kesehatan Republik Indonesia
- Misnadiarly. (2007). Asam Urat, Hiperuricemia, Arthritis Gout. Jakarta: Pustaka Obor Populer, hal 9
- Putri, G.I, *et.al.* (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Bubuk Jahe Merah Terhadap Nyeri Pada Lansia Dengan Gout Arthritis. *REAL in Nursing Journal (RNJ)*, Vol. 4, No. 1
- Roosita, K, *et. Al.* 2020. Eksplorasi Dan Pengujian Produk Antidiabet: Nutrasetikal Galohgor. Bogor: IPB Press, hal 40
- Wijayakusuma, H. (2006). Atasi Asam Urat dan Rematik Ala Hembing. Jakarta: Puspa Swara, hal 46
- Yuliana, A.I & Ami, M.S. (2020). Ensiklopedia Gulma Lahan Persawahan. Jombang: lembaga penelitian dan pengabdian kepada masyarakat universitas KH. A wahab Hasbullah, hal 20