

EFEKTIVITAS EDUKASI KESEHATAN TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN MENGENAI HIPERURISEMIA PADA MAHASISWA ETNIS PAPUA

Maria Dyah Kurniasari¹, Armeta Rolinda Br Sinaga², Aurelia Weo Hay³, Dian Fatmawati⁴, Elisabeth Herlina Wahyu Kurniawati⁵, Enggelina Adefarlo Raga Tadj⁶, Mesya Angelica Ratih Pabunta⁷, Riklan K. K. Ratu⁸, Seiren Amelia⁹
¹⁻⁹Nursing Department, Faculty of Medicine and Health Science, Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga
E-mail: maria.kurniasari@uksw.edu

ABSTRAK

Hiperurisemia merupakan kondisi meningkatnya kadar asam urat dalam darah yang berpotensi berkembang menjadi gout serta menimbulkan berbagai komplikasi kesehatan apabila tidak ditangani dengan tepat. Asam urat merupakan produk akhir metabolisme purin yang merupakan salah satu komponen asam nukleat dalam inti sel tubuh. Kadar asam urat yang melebihi batas normal dapat memicu proses inflamasi pada sendi dan gangguan kesehatan lainnya, sehingga diperlukan upaya pencegahan melalui edukasi atau promosi kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas edukasi kesehatan terhadap tingkat pengetahuan dan sikap preventif mengenai hiperurisemia pada mahasiswa etnis Papua. Edukasi kesehatan dilakukan secara tatap muka (face to face) dengan materi meliputi pengertian hiperurisemia dan asam urat, tanda dan gejala, faktor risiko, komplikasi, serta upaya pencegahan melalui penerapan pola hidup sehat, menggunakan media PowerPoint dan leaflet. Kegiatan dilaksanakan dalam dua gelombang dengan total 30 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata nilai pre-test sebesar 42,3 meningkat menjadi 95,3 pada post-test, dengan selisih peningkatan sebesar 53 poin. Perbedaan ini menunjukkan perbedaan yang signifikan ($p\text{-value} < 0.001$). Sebagian besar responden mengalami peningkatan pengetahuan dan menunjukkan sikap yang lebih preventif setelah diberikan edukasi kesehatan. Dengan demikian, edukasi kesehatan yang dilakukan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap preventif mahasiswa mengenai hiperurisemia serta mendorong upaya pencegahan sejak dini.

Kata kunci: Hiperuresemia, Asam Urat, dan Etnis Papua

ABSTRACT

Hyperuricemia is a condition characterized by increased levels of uric acid in the blood, which can potentially develop into gout and cause various health complications if not properly managed. Uric acid is the end product of purine metabolism, a component of nucleic acids in the body's cell nucleus. Uric acid levels exceeding normal limits can trigger inflammation in the joints and other health problems, necessitating preventive measures through health education and promotion. This study aimed to analyze the effectiveness of health education on the level of knowledge and preventive attitudes regarding hyperuricemia among Papuan ethnic students. Health education was conducted face-to-face with materials covering the definition of hyperuricemia and gout, signs and symptoms, risk factors, complications, and preventive measures through the implementation of a healthy lifestyle, using PowerPoint and leaflets. The activity was carried out in two waves with a total of 30 respondents. The results showed that the average pre-test score of 42.3 increased to 95.3 in the post-test, with a difference of 53 points. This difference indicates a significant difference (p -value <0.001). Most respondents experienced increased knowledge and demonstrated more preventive attitudes after receiving health education. Thus, the health education provided has proven effective in increasing students' knowledge and preventive attitudes regarding hyperuricemia and encouraging early prevention efforts.

Keywords: *Hyperuricemia, Uric Acid, and Papuan Ethnicity*

LATAR BELAKANG

Asam urat merupakan gangguan metabolisme yang terjadi akibat kelainan dalam metabolisme purin sehingga menyebabkan kadar asam urat dalam serum meningkat. Kadar asam urat dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain kadar purin dalam makanan, berat badan, konsumsi alkohol, penggunaan obat diuretik atau analgetik, fungsi ginjal, serta volume urin per hari [1].

Penyakit asam urat (*gout arthritis*) masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang cukup sering ditemukan dan dapat menimbulkan berbagai komplikasi seperti gagal ginjal, batu ginjal, dan gangguan kesehatan lainnya. Banyak penderita mengeluhkan gejala seperti kesemutan, linu, dan nyeri pada persendian. Nyeri tersebut dapat muncul berulang dan dalam waktu singkat dapat menjadi semakin parah hingga menyebabkan pembengkakan dan kemerahan pada sendi [2].

Hiperurisemia memiliki prevalensi tinggi pada populasi Malayo-Polinesia dan berkontribusi terhadap tingginya kejadian gout di Indonesia, yang merupakan arthritis ketiga tersering dengan prevalensi tertinggi di Sulawesi Utara. Penelitian di Makassar dan Bandung menunjukkan angka hiperurisemia dan gout lebih tinggi dibandingkan populasi Kaukasia, dengan 65,6% kasus terjadi pada individu berusia di bawah 40 tahun. Dampak klinisnya signifikan, ditunjukkan oleh 86,3% pasien gout kronis yang mengalami gangguan ginjal dibandingkan 7,4% kontrol sehat, serta keterlambatan terapi selama 7–9 tahun pada lebih dari separuh pasien yang berujung pada gout tofaceous kronis. Kondisi ini mengindikasikan bahwa pengendalian hiperurisemia masih belum optimal sehingga penelitian faktor risiko menjadi krusial untuk menekan beban penyakit di Indonesia [3, 9].

Pada beberapa kasus, gejala awal dapat mereda dalam waktu sekitar satu minggu, namun dapat kambuh kembali. Penanganan untuk mengurangi nyeri akibat asam urat dapat dilakukan secara farmakologis maupun nonfarmakologis. Penanganan farmakologis umumnya menggunakan obat golongan salisilat dan obat antiinflamasi nonsteroid, namun penggunaan obat tersebut dalam jangka panjang dapat menimbulkan efek samping seperti perdarahan saluran cerna. Oleh karena itu, pendekatan non farmakologis juga penting dilakukan. Pendekatan ini relatif lebih aman, tidak membutuhkan biaya besar, serta dapat dilakukan melalui perubahan gaya hidup sehat, pencegahan, dan edukasi kesehatan kepada masyarakat. Dalam bidang keperawatan, upaya ini termasuk dalam terapi komplementer yang bertujuan meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai penyakit, faktor risiko, serta cara pencegahannya [4].

Selain melalui perubahan gaya hidup dan edukasi kesehatan, upaya pencegahan penyakit asam urat juga dapat dilakukan melalui pengaturan pola makan dengan memanfaatkan pangan lokal yang lebih sehat dan mudah dijangkau oleh masyarakat. Pemanfaatan pangan lokal menjadi penting karena bahan pangan yang tersedia di lingkungan sekitar umumnya lebih mudah diperoleh, memiliki nilai gizi yang baik, serta dapat mendukung pola makan

seimbang. Beberapa jenis pangan lokal seperti umbi-umbian, sayuran hijau, buah-buahan, serta sumber protein nabati dapat menjadi alternatif makanan yang lebih aman bagi penderita maupun individu yang berisiko mengalami asam urat [5].

Selain itu, pemilihan pangan lokal juga dapat membantu mengurangi konsumsi makanan tinggi purin seperti jeroan atau daging tertentu yang sering dikonsumsi secara berlebihan. Dengan meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pemilihan pangan lokal yang sehat, diharapkan risiko peningkatan kadar asam urat dapat dikendalikan. Edukasi mengenai pangan lokal ini juga dapat menjadi bagian dari promosi kesehatan karena tidak hanya berfokus pada pengobatan, tetapi juga pada upaya pencegahan melalui pola makan yang lebih sehat dan sesuai dengan potensi daerah [6].

Contohnya pada etnis Papua pemanfaatan pangan lokal seperti sagu oleh etnis Papua merupakan manifestasi ketahanan pangan fungsional yang sangat efektif dalam memenuhi kebutuhan energi sekaligus memitigasi risiko penyakit metabolik. Berdasarkan penelitian terbaru, sagu yang diolah menjadi papeda didominasi oleh pati resisten (*amylopectin*) yang berperan sebagai prebiotik untuk kesehatan pencernaan, serta secara alami memiliki kadar purin yang sangat rendah, sehingga tidak memicu peningkatan asam urat (hiperurisemia) sebagaimana yang sering terjadi pada konsumsi karbohidrat olahan berbahan dasar gandum atau sereal tinggi protein. Studi klinis menunjukkan bahwa papeda memiliki indeks glikemik yang lebih rendah dibandingkan nasi putih, serta mengandung mineral esensial seperti kalsium dan zat besi yang mendukung metabolisme tanpa memberikan beban sisa metabolisme protein yang berat bagi ginjal [7].

Mahasiswa etnis Papua yang sedang menempuh pendidikan di Universitas Kristen Satya Wacana diketahui masih memiliki pengetahuan yang terbatas mengenai pencegahan dan penanganan penyakit asam urat. Berdasarkan hasil wawancara awal dengan menggunakan kuesioner dengan bersumber pada Kurniati AR, hubungan peran keluarga dan pola konsumsi terhadap perilaku pencegahan penyakit gout arthritis pada lansia menyatakan bahwa beberapa mahasiswa menyampaikan bahwa di daerah asal mereka cukup banyak orang tua maupun masyarakat sekitar yang mengalami penyakit asam urat [8].

Hal ini menunjukkan pentingnya pemberian promosi kesehatan agar mahasiswa dapat memahami faktor risiko, cara pencegahan, serta langkah penanganan awal penyakit asam urat. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh promosi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan mengenai pencegahan penyakit asam urat pada mahasiswa etnis Papua. Promosi kesehatan dilakukan melalui penyuluhan secara langsung menggunakan media presentasi dan leaflet sehingga diharapkan dapat meningkatkan pemahaman mahasiswa mengenai penyakit asam urat serta mendorong penerapan perilaku hidup sehat sebagai upaya pencegahan sejak dini.

METODE

Promosi kesehatan pada mahasiswa Universitas Kristen Satya Wacana, etnis Papua. Kegiatan penyuluhan promosi kesehatan dengan judul “Efektivitas Edukasi Kesehatan terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Preventif Mengenai Hiperurisemia pada Mahasiswa Etnis Papua”. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 20 Februari 2026 dan 22 Februari 2026, Di Gedung GX 104 Universitas Kristen Satya Wacana dan Muria Training Center, dengan jumlah 30 peserta. Kegiatan dilaksanakan dalam dua gelombang, yaitu gelombang pertama sebanyak 6 responden dan gelombang kedua sebanyak 24 responden.

Edukasi diberikan secara tatap muka menggunakan media *PowerPoint* dan *leaflet* yang mencakup materi definisi, tanda gejala, faktor penyebab, hingga langkah pencegahan asam urat secara komprehensif. Efektivitas intervensi ini dievaluasi melalui pemberian *pre-test* sebelum edukasi. Setelah edukasi diadakan demonstrasi interaktif (*PACE-AU Challenge*) diterapkan sebagai sarana simulasi pemilihan pola makan seimbang berbasis pangan lokal. Demonstrasi interaktif menggunakan simbol rambu lalu lintas (merah untuk pantangan, kuning untuk batasan, dan hijau untuk makanan sehat). *Post-test* dilakukan untuk mengukur peningkatan pengetahuan serta pemahaman mahasiswa dalam upaya pencegahan penyakit asam urat dalam kehidupan sehari-hari. Melalui kegiatan promosi kesehatan ini diharapkan responden dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman mengenai penyakit asam urat, faktor risiko, serta langkah pencegahan yang dapat dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Metode pelaksanaan promosi kesehatan dijelaskan pada tabel 1.

Tabel 1. Metode Pelaksanaan Promosi Kesehatan

Komponen	Deskripsi
Desain Pengabdian Masyarakat	Pre-eksperimental dengan pendekatan Pre-test dan Post-test
Respondent	30 mahasiswa etnis Papua <ul style="list-style-type: none">● Gelombang 1: 6 orang● Gelombang 2: 24 orang
Intervensi	Promosi kesehatan melalui penyuluhan tatap muka (langsung).
Materi Edukasi	Pengertian asam urat, tanda dan gejala, faktor risiko, serta upaya pencegahan melalui pola makan seimbang.
Media Edukasi	Presentasi PowerPoint dan leaflet sebagai media pendukung penyampaian materi dan Game PACE - AU (Pantang cegah asam

	urat).
Tempat	Universitas kristen satya wacana dan Muria Training Center
Evaluasi	Pengukuran tingkat pengetahuan menggunakan pre-test dan post-test sebelum dan sesudah intervensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Selain peningkatan pengetahuan secara individual, kegiatan pengabdian ini diharapkan menghasilkan luaran jangka panjang berupa terbentuknya peran mahasiswa sebagai agen perubahan (*agent of change*) dan peer educator di komunitas asalnya. Mahasiswa etnis Papua yang telah memperoleh edukasi kesehatan mengenai hiperurisemia diharapkan mampu mentransfer pengetahuan tersebut kepada keluarga dan masyarakat di daerah asal, terutama dalam upaya pencegahan melalui pengaturan pola makan rendah purin dan penerapan gaya hidup sehat. Peran ini menjadi sangat penting mengingat tingginya kejadian asam urat di masyarakat Papua sebagaimana diungkapkan dalam latar belakang.

Dengan demikian, edukasi kesehatan yang diberikan tidak hanya berdampak pada peningkatan pengetahuan jangka pendek, tetapi juga memiliki potensi keberlanjutan (*sustainability impact*) melalui efek multiplier di tingkat komunitas. Pendekatan peer education ini terbukti efektif dalam program promosi kesehatan karena menggunakan individu yang memiliki kedekatan sosial dan budaya dengan kelompok sasaran, sehingga pesan kesehatan lebih mudah diterima dan diinternalisasi. Oleh karena itu, mahasiswa diharapkan dapat menjadi perpanjangan tangan tenaga kesehatan dalam menyebarkan informasi kesehatan yang benar dan kontekstual di lingkungan masing-masing.

Kegiatan penyuluhan promosi kesehatan dengan judul “Efektivitas Edukasi Kesehatan terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Preventif Mengenai Hiperurisemia pada Mahasiswa Etnis Papua”. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 20 Februari 2026 dan 22 Februari 2026, Di Gedung GX 104 Universitas Kristen Satya Wacana dan di Muria Training Center, dengan jumlah 30 peserta, Kegiatan dilaksanakan dalam dua gelombang, yaitu gelombang pertama sebanyak 6 responden dan gelombang kedua sebanyak 24 responden.

Metode yang digunakan pada penyuluhan promosi kesehatan ini yaitu ceramah dan tanya jawab. Kemudian efektivitas intervensi ini dievaluasi melalui pemberian *pre-test* sebelum edukasi. Setelah edukasi diadakan demonstrasi interaktif (*PACE-AU Challenge*) diterapkan sebagai sarana simulasi pemilihan pola makan seimbang berbasis pangan lokal. Demonstrasi interaktif menggunakan simbol rambu lalu lintas (merah untuk pantangan,

kuning untuk batasan, dan hijau untuk makanan sehat). *Post-test* dilakukan untuk mengukur peningkatan pengetahuan serta pemahaman mahasiswa dalam upaya pencegahan penyakit asam urat dalam kehidupan sehari-hari. Melalui kegiatan promosi kesehatan ini diharapkan responden dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman mengenai penyakit asam urat, faktor risiko, serta langkah pencegahan yang dapat dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Selama kegiatan promosi kesehatan berlangsung peserta memberikan respon yang baik dan sangat antusias dalam mengikuti kegiatan dilihat dari aktif nya peserta dalam memberikan pertanyaan terkait materi yang belum mereka pahami.

Tabel 2. Hasil Kuesioner Responden

Kode Responden	Umur	Jenis Kelamin	Pendidikan Terakhir	Pekerjaan	Pre-Test	Post-Test
Tn. S	23	1	3	1	60	90
Tn. R	26	1	4	2	50	90
Tn. Y	23	1	3	1	40	80
Tn. D	19	1	3	1	60	100
Tn. K	21	1	3	1	30	90
Nn. Y	25	2	3	1	30	100
Nn. E	23	2	3	1	10	90
Tn. G	22	1	3	1	50	90
Tn. L	24	1	3	1	40	100
Nn. I	23	2	3	1	50	100
Tn. Y	25	1	3	1	40	90
Nn. M	24	2	3	1	30	100
Tn. Y	20	1	3	1	30	90
Tn. J	19	1	3	1	70	100
Nn. A	20	2	3	1	40	100
Nn. M	19	2	3	1	50	100
Nn. A	19	2	3	1	30	90
Tn. S	19	1	3	1	50	100
Nn. M	23	2	3	1	50	100
Tn. N	23	1	3	1	10	90
Tn. E	22	1	3	1	50	100

Tn. I	24	1	3	1	60	100
Tn. M	23	1	3	1	30	90
Tn. X	20	1	3	1	40	100
Tn. R	21	1	3	1	40	90
Tn. E	20	1	3	1	40	100
Tn. J	23	1	3	1	40	100
Tn. K	21	1	3	1	60	100
Nn. J	20	2	3	1	40	90
Tn. K	18	1	3	1	50	100
	21.7333	1	3	1	42.3333	95.3333
LK	69.53%					
P	27.02%					

Dari analisis tabel 2 hasil data kuesioner pengetahuan tentang asam urat menunjukkan bahwa responden berada pada fase dewasa awal dengan rata-rata umur 20 tahun, sebuah rentang usia transisi yang krusial dalam pembentukan pola gaya hidup mandiri. Distribusi menurut jenis kelamin dengan menggunakan kode 1 (laki-laki) dan 2 (perempuan). Ditinjau dari latar belakang pendidikan terakhir responden dengan menggunakan kode 1 (SD), 2 (SMP), 3 (SMA), dan 4 (Perguruan Tinggi) dengan mayoritas responden berada pada tingkat 3 (SMA). Sementara itu, dari segi okupasi, sebagian besar responden berstatus sebagai mahasiswa aktif sebanyak 29 orang dan seorang adalah pekerja. Profil ini menggambarkan kelompok usia produktif yang memiliki potensi besar sebagai agen perubahan kesehatan di lingkungan komunitasnya melalui pemahaman preventif mengenai penyakit asam urat. Kelompok memberikan pre-test yang mencakup 10 pertanyaan kepada responden (kuisisioner) dengan rata-rata nilai (pre-test) 42,3. Dan setelah dilakukan edukasi kesehatan terkait pengetahuan asam urat responden dapat menjawab pertanyaan (post-test) dengan rata-rata nilai yaitu 95,3. Hal ini menggambarkan bahwa edukasi yang telah dilakukan kelompok menunjukkan keberhasilan dalam melakukan promosi kesehatan terkait dengan asam urat (hiperurisemia) dibuktikan dengan adanya peningkatan pengetahuan responden. Pengetahuan sering dikaitkan dengan tingkat pendidikan, karena semakin rendah pendidikan dan terbatasnya informasi yang diperoleh, maka pemahaman masyarakat mengenai hiperurisemia (asam urat tinggi) cenderung menurun. Sebaliknya, apabila seseorang memiliki pengetahuan yang baik, maka perilaku dalam menerapkan diet rendah purin juga akan lebih optimal dan sesuai anjuran [6].

Tabel 3. Analisa Deskriptif Partisipan

Variabel	Mean	Standar Deviasi	p-value
Pre Test	42.33	3.12	<0.001
Post Test	95.33	5.71	

Keterangan: Uji Beda dilakukan dengan menggunakan uji Wilcoxon Signed-Rank

Berdasarkan tabel 3, rata-rata skor pre-test sebesar 42,33 (SD = 3,12) meningkat sangat tajam menjadi 95,33 (SD = 5,71) pada post-test. Menunjukkan lonjakan capaian yang hampir mendekati skor maksimal dengan variasi yang tetap relatif terkendali. Hasil uji *Wilcoxon Signed-Rank* menunjukkan $p < 0,001$, yang berarti terdapat perbedaan yang sangat signifikan antara skor sebelum dan sesudah intervensi. Temuan ini mengindikasikan bahwa intervensi edukasi kesehatan terkait dengan hiperurisemia tidak hanya meningkatkan skor secara bermakna, tetapi juga menghasilkan capaian akhir yang tinggi dan relatif konsisten antar partisipan. Temuan ini konsisten dengan berbagai penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan melalui media leaflet efektif dalam meningkatkan tingkat pengetahuan dan membentuk sikap positif masyarakat terhadap isu-isu kesehatan. Gambar dokumentasi terlampir pada Gambar 1, 2, 3, 4 dan 5.



**Gambar 1.
Pemaparan Materi PPT**



**Gambar 2.
Pemaparan Materi Leaflet**



Gambar 3.
Game Pace-AU



Gambar 4.
Foto Bersama



Gambar 5.
Media Game Pace-AU



Gambar 6.
Leaflet Edukasi

SIMPULAN DAN SARAN

SIMPULAN

Kegiatan promosi kesehatan mengenai hiperurisemia yang dilaksanakan pada mahasiswa etnis Papua di Universitas Kristen Satya Wacana menunjukkan efektivitas yang baik. Sebagian besar responden yang berada pada kategori dewasa muda (rata-rata usia 20 tahun) mengalami peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah intervensi edukasi kesehatan. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan nilai rata-rata pre-test dari 42,3 menjadi 95,3 pada post-test, yang mencerminkan adanya kenaikan skor yang bermakna. Selain itu, mayoritas responden memperlihatkan peningkatan pemahaman terkait konsep asam urat, faktor risiko, tanda dan gejala, serta upaya pencegahan melalui penerapan pola hidup sehat dan pengaturan pola makan. Metode edukasi tatap muka yang didukung media *PowerPoint*, *leaflet*, serta demonstrasi interaktif (*PACE-AU Challenge*) terbukti mampu meningkatkan keterlibatan peserta sekaligus memperkuat sikap preventif terhadap hiperurisemia.

SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan yang telah dilaksanakan, disarankan agar mahasiswa etnis Papua dapat mempertahankan serta menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh mengenai hiperurisemia dalam kehidupan sehari-hari melalui penerapan pola makan seimbang, pembatasan konsumsi

makanan tinggi purin, dan gaya hidup sehat sebagai upaya pencegahan sejak dini. Selain itu, pihak Universitas Kristen Satya Wacana diharapkan dapat menyelenggarakan promosi kesehatan secara berkelanjutan dan terprogram guna meningkatkan literasi kesehatan mahasiswa. Bagi tenaga kesehatan dan akademisi, disarankan untuk mengembangkan metode edukasi yang lebih inovatif, interaktif, dan berbasis budaya lokal agar lebih efektif dan kontekstual. Penelitian selanjutnya juga diharapkan dapat menggunakan desain yang lebih kuat dengan jumlah sampel yang lebih besar serta adanya kelompok kontrol untuk memperkuat validitas dan generalisasi hasil penelitian.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan Terima kasih kepada Tuhan Yang Maha Esa atas penyertaan dan berkat-Nya sehingga kegiatan promosi kesehatan ini dapat terlaksana dengan baik. Ucapan Terima kasih juga disampaikan kepada pihak Universitas Kristen Satya Wacana, khususnya Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, yang telah memberikan dukungan fasilitas dan kesempatan dalam pelaksanaan kegiatan ini. Terima kasih kepada seluruh mahasiswa etnis Papua yang telah bersedia menjadi responden dan berpartisipasi secara aktif dalam kegiatan penyuluhan, serta kepada semua pihak yang telah membantu dalam persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi kegiatan promosi kesehatan ini. Semoga hasil kegiatan ini dapat memberikan manfaat yang berkelanjutan dalam meningkatkan kesadaran dan perilaku preventif terhadap hiperurisemia di kalangan mahasiswa maupun masyarakat luas.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Sunarti, S., & Bella, B. (2020). Gaya hidup sehat bagi lansia yang memiliki kadar asam urat tinggi di Pusat Pelayanan Kesehatan Terpadu Lansia Turi 1 di Puskesmas Sukorejo. *Jurnal Keperawatan Malang*, 5 (1), 1–9.
- [2] Runtu, AR, Enggune, M., Lolowang, N., Pondaa, A., Kaunang, D., Purba, E., Merentek, G., Lontaan, E., & Sumarauw, J. (2023). Penyuluhan kesehatan tentang diet gout arthritis dan pemeriksaan gratis asam urat pada lansia. *Jurnal Pengembangan Masyarakat*, 4 (2), 3224–3227.
- [3] Kurniasari, MD, Monsen, KA, Weng, SF, Yang, CY, & Tsai, HT (2022). Perendaman air dingin secara langsung dan dimediasi oleh pengurangan nyeri untuk meningkatkan kualitas hidup pada penderita arthritis gout di Indonesia: Uji coba terkontrol acak berbasis komunitas. *Penelitian Biologi untuk Keperawatan*, 24 (2), 245-258. <https://doi.org/10.1177/10998004211063547>
- Kurniasari, MD, Karwur, FF, Rayanti, RE, Dharmana, E., Rias, YA, Chou, KR, & Tsai, HT (2021). Asap rokok pasif dan efek sinergisnya dengan indeks massa tubuh >24,9 kg/m² meningkatkan risiko arthritis asam urat di

- Indonesia. *Jurnal Internasional Penelitian Lingkungan dan Kesehatan Masyarakat*, 18 (8), 4324. <https://doi.org/10.3390/ijerph18084324>
- [4] Suandika, M., Handayani, RN, Muti, RT, Nisa, Z., Nailli, YT, Afrilies, MH, Syahputra, Y., Amana, TS, Uci, T., & Muris, I. (2024). Penyuluhan penyakit asam urat untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan penyakit asam urat di GOR Satria Purwokerto. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mandira*, 6 (2).
- [5] Hidayati, L. (2022). Pengaruh asupan sumber purin dan aktivitas fisik terhadap kadar asam urat. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 1 (12). <https://doi.org/10.53625/jcijurnalcakrawalailmiah.v1i12.3196>
- [6] Yulianingsih, S., Wahyani, AD, & Rahmawati, YD (2022). Hubungan pengetahuan gizi, asupan purin, dan status gizi terhadap kejadian gout arthritis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6 (2). <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/4746>
- [7] Haryanto, B. (2022). Sagu untuk kedaulatan pangan dan energi. *Jurnal Litbang Pertanian*.
- [8] Putra, ON, Riwanti, P., Najih, YA, Prasetyanti, IK, Kresnamurti, A., Damayanti, N., Risetyaningsih, A., Ramadhani, SR, Muhibah, T., Hamami, NM, & Zahra, FNAV (2024). Edukasi kesehatan terkait pencegahan dan penanganan hiperurisemia di Kelurahan Keputih Kota Surabaya. *Jurnal Tri Dharma Mandiri (JTDM)*, 4 (2), 102–113. <https://doi.org/10.21776/ub.jtridharma.2024.004.02.102>
- [9] Lestari, D., Wulandari, R., & Kusuma, A. (2023). Edukasi kesehatan tentang pencegahan penyakit asam urat melalui media leaflet pada masyarakat. *Jurnal Pengabdian Kesehatan ITEKES Cendekia Utama Kudus*, 6(2), 45–52.