

Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Lansia Di Posbindu Teratai Domban Mororejo Tempel Sleman

¹Nurul Arif Fauziah Wijaya, ²Ns.Suratini, M.Kep.,Sp.Kep.Kom, ³Dr. Ibrahim Rahmat, SPd.,SKp.M.Kes*

¹Fakultas Ilmu Kesehatan Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, ²Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada

Email : nurullafw@gmail.co.id , Suratini@unisayogya.ac.id , ibrahim.rahmat@ugm.ac.id

Abstrak

Lanjut usia atau biasa disebut dengan lansia merupakan tahap akhir dari kehidupan dan merupakan proses alami dan tidak dapat dihindari oleh setiap individu. Pada umur lanjut usia rentan terserang penyakit, salah satunya peningkatan kadar asam urat faktor yang dapat mempengaruhi kadar asam urat adalah pola makan tidak sehat. pola makan yang tidak terkontrol serta mengonsumsi makanan mengandung purin tinggi sehingga mengakibatkan kadar asam urat dalam darah meningkat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian asam urat pada lansia di Posbindu Teratai Domban Mororejo Tempel Sleman Yogyakarta. Metode yang digunakan merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan deskriptif korelasional dengan pendekatan cross sectional. Pengambilan sampel menggunakan teknik systematic random sample dengan sampel sebanyak 34 responden lansia di Posbindu Teratai dengan usia >60 tahun. Hasil penelitian menggunakan uji statistik chi-square menunjukkan bahwa $P \text{ value} = 0,004 < 0,05$ dengan nilai koefisien korelasi 0,438 yang artinya ada hubungan yang sedang. Sehingga dapat disimpulkan hasil dari penelitian ini terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian asam urat di Posbindu Teratai Domban Mororejo Tempel Sleman.

Kata Kunci : Lansia, Pola Makan, Kadar Asam Urat

The Relationship Of Eating Patterns With Events Uric Acid In The Elderly In Posbindu Teratai Domban Mororejo Tempel Sleman

Abstract

Ageing or commonly referred to as elderly is the final stage of life and is a natural process and cannot be avoided by every individual. Elderly people are susceptible to disease, one of which is an increase in uric acid levels, a factor that can influence uric acid levels is an unhealthy diet. Uncontrolled eating patterns and consuming foods high in purine can cause uric acid levels in the blood to increase. This study aims to determine the relationship between diet and the incidence of gout in the elderly at Posbindu Teratai Domban Mororejo Tempel Sleman Yogyakarta. The method used is quantitative research with a correlational descriptive design with a cross sectional approach. Sampling used a systematic random sample technique with a sample of 34 elderly respondents at Posbindu Teratai aged >60 years. The results of the study using the chi-square statistical test showed that $P \text{ value} = 0.004 < 0.05$ with a correlation coefficient value of 0.438, which means there is a moderate relationship. So it can be concluded from the results of this research that there is a relationship between diet and the incidence of gout at Posbindu Teratai Domban Mororejo Tempel Sleman.

Keywords: Elderly, Diet, Uric Acid Levels

1. Pendahuluan

Lanjut usia atau biasa disebut dengan lansia merupakan tahap akhir dari kehidupan dan merupakan proses alami dan tidak dapat dihindari oleh setiap individu. Pada umur lanjut usia rentan terserang penyakit, salah satunya peningkatan kadar asam urat karena pada usia tersebut telah terjadi penurunan fungsi dari berbagai organ-organ tubuh akibat kerusakan sel-sel karena proses menua (Nasir, 2019). Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), prevalensi asam urat di seluruh dunia adalah 34,2%. Penyakit asam urat sering terjadi di salah satu negara maju seperti Amerika

Serikat yang mencapai 26,3% dari total penduduk. Indonesia adalah satu negara terbesar ke 4 di dunia dengan populasi asam urat. Riskesdas (2018) menyatakan bahwa prevalensi asam urat di Indonesia yang terjadi pada usia 15-24 tahun (1,2%), usia 25-34 tahun (3,1), usia 25044 tahun (4,3%) dan usia 45-54 tahun sebesar 11,1% (Lewen, 2022). Data dari Kemenkes (2016) didapatkan prevalensi penyakit asam urat di Indonesia pada tahun 2016 adalah 21,3% dan kecenderungan prevalensi tersebut lebih tinggi dibanding tahun 2013 sebesar 10,3%. Dampak kadar asam urat jika melebihi ambang batasnya menurut Noormindhawati (2014) maka ginjal tidak mampu lagi mengeluarkan sehingga terjadi penumpukan kristal asam urat pada sendi serta jaringan yang kemudian menyebabkan timbulnya penyakit asam urat (Junaidi, 2017). Berdasarkan studi pendahuluan di Dusun Domban Mororejo Tempel Sleman pada tanggal 1 Desember 2023 terhadap 10 lansia yang telah dilakukan wawancara. Dari hasil wawancara didapatkan 7 dari 10 warga pernah mengalami nyeri pada sendi jari kaki, tangan, lutut pergelangan kaki dimana gejala tersebut merujuk pada tanda dan gejala asam urat. Dari hasil wawancara juga didapatkan hasil bahwa 7 dari 10 lansia sering mengkonsumsi jeroan dan serta kacang-kacangan yang diperoleh dari hasil kebun sendiri.

2. Metode Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan deskriptif korelasional (hubungan). Penelitian ini menggunakan pendekatan cross sectional yaitu menekankan waktu pengukuran atau observasi data variabel independen dan dependen yang hanya satu kali pada satu saat. Teknik sampling merupakan cara yang ditempuh dalam pengambilan sampel, agar memperoleh sampel yang benar-benar sesuai dengan keseluruhan subjek penelitian Teknik sistematik sampling yang digunakan untuk mengambil sampel yaitu sistematik random sampling. Berdasarkan hasil perhitungan dengan rumus slovin tersebut, maka dapat disimpulkan sampel minimal yang harus dipenuhi yaitu sebanyak 34 responden. Analisis data dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui distribusi frekuensi dan persentase dari variabel dependen dan independen yaitu pola makan pada lansia di Pobindu Teratai. Analisa bivariat pada penelitian ini untuk menguji hubungan antara pola makan dan kejadian asam urat.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Analisa Univariat

Tabel 1. 4.2
Distribusi Pola Makan Lansia di Posbindu Teratai Domban Mororejo Tempel Sleman
Bulan Maret 2024

Pola makan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
kurang baik	15	44,1
baik	19	55,9
Total	34	100

Hasil tabel 4.2 menunjukkan bahwa dalam penelitian ini lansia di Posbindu Teratai Domban Mororejo Tempel Sleman sebagian besar memiliki pola makan baik sebanyak 23 orang (55,9%) dan sebagian kecil memiliki pola makan kurang baik sebanyak 15 orang (44,1 %).

Tabel 4.4
Distribusi Kadar Asam Urat Lansia di Posbindu
Teratai Domban Mororejo Tempel
Sleman Bulan Maret 2024

Kadar asam urat	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
Normal	18	52,9
Tinggi	16	47,1
Total	34	100

Hasil tabel 4.4 menunjukkan bahwa dalam penelitian ini lansia di Posbindu Teratai Domban Mororejo Tempel Sleman sebagian besar memiliki kadar asam urat normal sebanyak 18 orang (52,9%) dan sebagian kecil lansia yang memiliki kadar asam urat tinggi sebanyak 16 orang (47,1%).

Tabel 4.5
Hubungan pola makan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Lansia
Di Posbindu Teratai Domban Mororejo Tempel
Sleman Pada bulan Maret 2024

		Kejadian Asam Urat			Nilai <i>p</i> value	Koefisien korelasi
		Normal <i>f</i> %	Tinggi <i>f</i> %	Total <i>f</i> %		
Pola Makan	Kurang Baik	1 6,7	14 93,3	15 100%	0,004	0,438
	Baik	10 52,6	9 47,4	19 100%		

Hasil analisis data menggunakan uji statistik dengan *Chi Square* didapatkan. hasil interpretasi koefisien korelasi pada interval 0,438 yang artinya memiliki hubungan pola makan dengan kejadian asam urat pada lansia yang sedang. Hasil *p* value $< \alpha$ ($0,004 < 0,05$ yang mengindikasikan bahwa ada hubungan yang antara pola makan dan kejadian asam urat pada lansia di Posbindu Teratai Mororejo Tempel Sleman.

4. Simpulan

Hasil penelitian dan pembahasan dalam penelitian ini berdasarkan tujuan umum dan tujuan khusus dengan judul Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Lansia Di Posbindu Teratai Domban Mororejo Tempel Sleman dapat disimpulkan bahwa : Berdasarkan hasil interpretasi koefisien korelasi pada interval 0,438 yang artinya memiliki hubungan pola makan dengan kejadian asam urat pada lansia yang sedang. Pola makan pada lansia di Posbindu Teratai Domban Mororejo Tempel Sleman dikategorikan dalam pola makan baik dengan frekuensi 19 responden (55,9%) . Kejadian asam urat pada lansia di Posbindu Teratai Domban Mororejo Tempel Sleman dikategorikan normal dengan frekuensi 18 responden (52,9%) . Hasil uji statistik menggunakan uji *chi square* didapatkan nilai $p_v = 0,004 < 0,05$ yang artinya ada Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Lansia Di Posbindu Teratai Domban Mororejo Tempel Sleman.

Daftar Pustaka

- Anies. (2018). Mencegah Dan Mengatasi Penyakit Degeneratif dengan Perilaku dan Pola Hidup Modern yang sehat
- Astuty, W., Kesehatan, K., Indonesia, R., Kesehatan, P., Timur, K., Studi, P., & Keperawatan, D. I. I. (2019). Asuhan Keperawatan Klien Dengan Gout Arthritis Di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda.
- Diatsa, B., Muhlisin, A., Kep, M., Yulian, V., & Kep, S. (2016). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja di Pondok AL-Hikmah, Trayon, Karanggede, Boyolali.
- dr. Herleni Kartika, S.-R. dr. M. H. P. (2022). Asam Urat bisa menyerang ginjal. Kemenkes RI. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/237/asam-urat-bisa-menyerang-ginjal
- Ema Madyaningrum, S.Kep., Ns., M.Kes., P. ., Fitriana Kusumaningrum, SKM., M., Ratri Kusuma Wardani, S. G., Annisa Ryan Susilaningrum, S.Kep., N., & Anisah Ramadhani, S.Kep., N. (2020). BUKU SAKU KADER PENGONTROLAN ASAM URAT DI MASYARAKAT.

- Fadlilah, S., & Sucipto, A. (2018). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kadar Asam Urat Pada Masyarakat Dusun Demangan Wedomartani, Ngemplak, Sleman, Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 5(1), 295–301.
- Fiskha, P. (2017). Hubungan usia dan jenis kelamin dengan peningkatan kadar asam urat pada usia 20 sampai 70 tahun di Rumah Sakit Umum Bhakti Yudha
- Hamidi nizar syarif, rini fitriani, lira mufta azzahri, M. N. (2021). Hubungan Pola Makan dengan Kadar Asam Urat (Gout Arthritis) pada Usia Dewasa 35-49 Tahun. *Jurnal Ners*, 5(1), 20–27. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/1674>
- Ikhsan, M., & Boy, E. (2020). Cardiovascular Changes Among Healthy Elderly. *MAGNA MEDICA: Berkala Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 7(2), 70. <https://doi.org/10.26714/magnamed.7.2.2020.70-82>
- Iskandar Zulkarnaen1*, Hardianti Hardianti2, Nurhaedah Iskandar3, Rezqiqah Aulia4, Demianus Tafor5*, H. K. (2023). Penyuluhan Tentang Pola Makan Terhadap Asam Urat Pada Lansia. 1(2), 1–3.
- Istianna Nurhidayati, Chori Elsera, Marwanti, Romadhani T. Purnomo, A. M. (2023). Studi Investigasi Malnutrisi pada Lansia. In *Triage Jurnal Ilmu Keperawatan* (Vol. 10, pp. 37–43).
- Jaliana, & Suhadi. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Usia 20-44 Tahun Di Rsud Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2017. *Clinical Microbiology and Infection*, 27(3), 472.e7-472.e10. <http://ojs.uho.ac.id/index.php/JIMKESMAS/article/view/3925>
- Junaidi. (2017). Manifestasi asam urat pada lansia di Puskesmas Kota Wilayah Selatan Kota Kediri. *Jurnal STIKES*, 10(1), 1–6.
- Kesehatan, K. (2019). Lansia sehat, lansia bahagia. Feri Firmansyah.
- Lewen, D. (2022). *Jurnal nurse*. 5(1), 1–6.
- Marfuah, N. (2019). Pengaruh Puasa Senin-Kamis Dan Daud Terhadap Kadar Asam Urat Darah Mencit. *Journal Of Biology Education*, 2(2), 172. <https://doi.org/10.21043/jbe.v2i2.4666>
- Medika, T. B. (2017). Berdamai Dengan Asam Urat.
- Muhammad Ali ash-Shabunny. (2020). PESAN AL-QUR'AN DALAM AYAT-AYAT TENTANG MAKANAN.
- Nasir, M. (2019). Gambaran Asam Urat Pada Lansia Di Wilayah Kampung Selayar Kota Makassar. *Jurnal Media Analisis Kesehatan*, 8(2), 78. <https://doi.org/10.32382/mak.v8i2.842>
- Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan.
- Ono, S. (2020). Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur SG Posture Evaluation. *Jurnal Keterampilan Fisik*, 5(1), 55–61. <https://doi.org/10.37341/jkf.v5i1.167>
- Priyanto, A. (2022). HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN DAN POLA MAKAN DENGAN PENYAKIT GOUT ARTRITIS PADA LANSIA. In גררר (Issue 8.5.2017).
- Putri, M. A. K. (2018). Hubungan Asupan Purin Dengan Kadar Asam Urat Pada Masyarakat Usia 30-50 Tahun Di Padukuhan Bedog Trihanggo Gamping Sleman Yogyakarta.
- Ramli, H., Sumiati, & Febriani, K. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia. *Jurnal Fenomena Kesehatan*, 3, 423–429. <https://stikeskjp-palopo.e-journal.id/JFK/article/view/110>
- Rokhimah Puji harlina, Arifin, M. Z., & Rahmawati, A. (2016). Gambaran kadar asam urat pada lansia. Skripsi. Laboratorium Penelitian Dan Pengembangan Farmaka Tropis Fakultas Farmasi Universitas Mualawarman, Samarinda, Kalimantan Timur, 1(2).
- Saiful A., & Tanonggi, S. (2019). Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Lansia Dengan Upaya Pencegahan Penyakit Asam Urat Di Desa Wawondula Kecamatan Mori Utara Kabupaten Morowali Utara. *Analisis Pendapat dan Tingkat Kesejahteraan Rumah Tangga Petani*, 53(9), 1689–1699.
- Sari, M. T. (2019). Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Asam Urat. *Abdimas Kesehatan*, 1(2), 132–137.
- Savitri, Dina, S. S. (2021). Diam-diam mematikan! Cegah asam urat dan hipertensi.

- Seko, R. V, Malara, R. T., & Nurmansyah, M. (2023). Hubungan Riwayat Konsumsi Minuman Beralkohol Dengan Kejadian Gout Arthritis Di Rumah Sakit Daerah Langowan. *Mapalus Nursing Science Journal*, 1(1), 51–57. <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/caring/article/view/45255>
- Selatan, P. kuta. (2022). Cek Kadar Asam Urat Anda, Apakah Berada pada Batas Aman? <https://puskesmaskutaselatan.badungkab.go.id/artikel/44991-cek-kadar-asam-urat-anda-apakah-berada-pada-batas-aman->
- Setiyono, J. (2018). Uji Kalibrasi (Ketidakpastian Pengukuran) Timbangan Digital Mengacu Pada Standar Jcgm 100:2008. *Jurnal Teknik Mesin Cakram*, 1(1), 12. <https://doi.org/10.32493/jtc.v1i1.1342>
- Silpiyani, S., Kurniawan, W. E., & Wibowo, T. H. (2023). Karakteristik Responden Lansia Penderita Asam Urat Di Desa Pageraji Kecamatan Cilongok. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(5), 1818–1828. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i5.916>
- Songgigilan, A. M. ., Rumengan, I., & Kundre, R. (2019). Hubungan Pola Makan Dan Tingkat Pengetahuan Dengan Kadar Asam Urat Dalam Darah Pada Penderita Gout Arthritis Di Puskesmas Ranotana Weru. *Jurnal Keperawatan*, 7(1), 1–8. <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.24325>
- Sugiyono. (2015). Metode penelitian pendidikan.
- Sugiyono. (2017). Metode penelitian Kuantitatif, Kualitatis dan R&D.
- Sunarti, S. (2020). Gaya Hidup Sehat Lansia Yang Mempunyai Kadar Asam Urat Lebih Dari Normal Di Posyandu Lansia Turi 01 UPTD Puskesmas Kecamatan Sukorejo. *Jurnal Keperawatan Malang*, 5(1), 1–9. <https://doi.org/10.36916/jkm.v5i1.99>
- World Health Organization, World Bank Group, O., Rudi, A., Rizka Alhamidah, N., Pujianti, N., Ribeiro, N., Ojakaa, D., Olango, S., Jarvis, J., Ribeiro, N., L'Esperance, V., Gravelle, H., Schofield, P., Santos, R., Ashworth, M., KUWATANABI, M. A., Hasibuan, A. N., Harkins, P. J., Lundgren, J. D., Spresser, C. D., ... Inayati, A. (2014). PERATURAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NOMOR 41 TAHUN 2014. World Health Organization, World Bank Group, OECD, July, 1–100. <http://elibrary.almaata.ac.id/1714/%0Ahttps://osf.io/yejcm/%0Ahttp://elibrary.almaata.ac.id%0Ahttps://bmjopen.bmj.com/lookup/doi/10.1136/bmjopen-2019-030624%0Ahttps://ppjp.ulm.ac.id/journal/index.php/JPKMI/article/view/2758%0Ahttp://stikara.ac.id/jupermik>