
**DETERMINAN FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KADAR ASAM URAT PADA LANSIA
YANG MENDERITA ASAM URAT DI KABUPATEN TULUNGAGUNG**

*(Determinant Factors Influencing Uric Acid Levels in Elderly People Suffering From Gout
in Tulungagung Regency)*

Angga Miftakhul Nizar^{1*}, Dewi Zuniawati¹

¹STIKES Hutama Abdi Husada Tulungagung

*Email: anggamiftakhulnizar@gmail.com

Email: zuniawati1395@gmail.com

Abstract

Older people are at high risk of developing metabolic diseases such as high uric acid. The ability to do a protein diet needs to be improved in gout sufferers. The purpose of this thesis is to determine the relationship between dietary compliance and uric acid levels in the elderly at the Elderly Posyandu at, Tulungagung in 2023. The design used in this study is a correlational analytic design with a cross-sectional approach. The population of this study was all elderly people suffering from gout at the Elderly Posyandu, Srikaton Village, Ngantru District, Tulungagung Regency, totaling 34 elderly people. The research sample was all elderly people suffering from gout at the Elderly Posyandu, Srikaton Village, Ngantru District, Tulungagung Regency, totaling 34 elderly people. After the study, the sampling technique is total sampling. The research instruments were observation sheets and questionnaires equipped with general research data. Data processing in the form of editing, coding, scoring, and tabulating was analyzed using the Spearman rho test.

Based on the results of the study, the value of p was obtained (0.000) with α (0.05), because $p < \alpha$, then H_1 is accepted, meaning that there is a relationship between dietary compliance and uric acid levels in the elderly at the Elderly Posyandu Tulungagung in 2023. It can be concluded that it is important for the elderly to comply with the diet to avoid excess uric acid levels. The inability of the elderly to control and maintain diet patterns is also complicated by the elderly where at that age there is a decrease in body function so only the regulation and balancing of the disposal of uric acid levels in the body is not good.

Keywords: *Diet Compliance; Elderly; Uric Acid Levels.*

1. PENDAHULUAN

Lansia merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya bisa dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan (Mawaddah, 2020). Usia lansia beresiko tinggi terkena penyakit metabolik seperti asam urat tinggi. Penyakit asam urat merupakan salah satu bentuk penyakit metabolik yang terjadi akibat penurunan pengelolaan fungsi protein yang ada di dalam tubuh sehingga menghasilkan zat purin yang dapat menimbulkan peningkatan kadar asam urat. Lansia rentang mengalami penyakit asam urat dikarenakan pada klien dengan lansia akan mengalami penurunan fungsi metabolisme dalam

pemecahan dan pengelolaan kadar protein didalam tubuh, sehingga akan menghasilkan tingginya purin yang mengakibatkan kadar asam urat didalam darah meningkat (Marlinda dkk, 2019).

Purin merupakan hasil akhir dari metabolisme atau pengolahan protein dimana zat purin ini dapat membuat peningkatan kadar asam urat (Marlinda dkk, 2019). Selain itu dengan bertambahnya usia maka keluhan pada muskuloskeletal juga akan dirasakan. Terjadi penurunan ketahanan dan kekuatan otot sehingga mengakibatkan keluhan otot meningkat pada umur setengah baya (Fanani, 2018). Fenomena yang ada dimasyarakat saat ini yaitu sebagian besar lansia

penderita asam urat menganggap dirinya tidak mengalami kelainan atau kondisi sakit, sebagian besar penderita asam urat tidak melakukan pengaturan menu makan, seperti tidak menghindari makanan yang berbahan baku biji-bijian seperti kue kacang, emping, dan jeroan ayam (Parenti, 2017). Jika penderita asam urat tidak melakukan pengontrolan menu makan maka kadar asam urat tidak akan terkontrol dengan baik, hal ini dapat mengakibatkan berbagai keluhan salah satunya nyeri pada area persendian (Sapti, 2019).

Penyakit asam urat di Indonesia mengalami peningkatan. Berdasarkan diagnosa tenaga kesehatan di Indonesia pada tahun 2018 jumlah penderita asam urat yaitu 11,9% dan gejala yang dialami jumlah penderita asam urat mencapai 24,7% pada tahun 2018. Jenis kelamin penderita asam urat lebih tinggi pada perempuan mencapai 8,46%, sedangkan pada penderita pria 6,13% pada tahun 2018 (Risksdas, 2018). Prevalensi asam urat di Jawa Timur pada tahun 2018 yaitu sebesar 12,7 % dan 21,8% berdasarkan diagnosis atau gejala (Kemenkes RI, 2018). (Kemenkes RI, 2018). Data Dinas Kesehatan Kabupaten Tulungagung pada tahun 2018 penderita asam urat terbanyak terdapat di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Tulungagung berjumlah 1.248 (Profil Kesehatan Jawa Timur, 2018). Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan di Posyandu Lansia Desa Srikaton didapatkan bahwa dari 10 penderita (6 laki-laki dan 4 perempuan) asam urat tinggi rata-rata 7,1 mg/dl, dan seluruhnya tidak mengatur pola makan, dimana menu makan responden tetap dicampur dengan anggota keluarga yang lain, tidak membatasi menu makan yang tinggi protein seperti jeroan dan suka makan kacang-kacangan bahkan didapatkan sebagian besar (7 orang) tidak mengonsumsi obat secara rutin.

Peningkatan kadar asam urat akan menghasilkan tanda dan gejala diantaranya yaitu terjadinya nyeri hebat yang datang tiba-tiba, peningkatan kadar asam urat, pergerakan kaku, mudah merasa lelah dan lesu, kemerahan di kulit,

sakit tenggorokan, nafsu makan berkurang, gusi berdarah (Fandi, 2017). Seseorang dengan riwayat keluarga/keturunan yang mempunyai asam urat, bisa mempunyai risiko 1-2 kali lipat dibandingkan pada seseorang yang keluarga/keturunannya tidak memiliki riwayat asam urat. Asam urat merupakan penyakit kronis yang tidak bisa sembuh secara keseluruhan, tetapi dapat dikontrol dengan mengonsumsi obat secara rutin, dan mengatur pola makan (Widuri, 2018). Menurut Afnuhazi (2019) Peningkatan kejadian asam urat diakibatkan berbagai hal diantaranya yaitu kurang patuhnya penderita asam urat dalam melakukan pengaturan pola makan.

Seiring dengan peningkatan usia seseorang maka akan disertai dengan penurunan fungsi metabolisme dan kerja dari organ tubuh, salah satunya pada pengolahan protein didalam tubuh, yang mengakibatkan peningkatan kadar asam urat. Dampak pada penderita asam urat jika asam urat ini terus menumpuk semakin lama maka bisa menyebabkan pengendapan pada ginjal, sehingga seseorang dengan asam urat yang tinggi dapat memiliki kecenderungan untuk mendapatkan penyakit batu ginjal (Amiruddin, 2019). Batu yang mengendap pada ginjal dapat merusak ginjal dan mengganggu fungsi ginjal (Arjani, 2018). Asam urat akan terus meningkat pada usia di atas 35 tahun terutama pada laki-laki. Maka jika asam urat sudah menahun bisa mengakibatkan komplikasi seperti persendian menjadi rusak hingga pincang, kerusakan ligamen dan tendon (otot) (Badri, 2018).

Tenaga kesehatan berupaya memberikan edukasi kepada masyarakat untuk mengontrol kadar asam urat dengan cara membatasi asupan purin yang tinggi atau mengonsumsi makanan rendah purin, lebih banyak mengonsumsi karbohidrat, meningkatkan asupan cairan, mengurangi konsumsi lemak, dan tidak mengonsumsi minuman beralkohol (Bawiling, 2017). Pengobatan asam urat pada lansia memerlukan program terapi jangka panjang sehingga dibutuhkan kepatuhan para penderita

dalam menjalankan program kepatuhan diet (Ewit, 2017).

Kemampuan dalam melakukan diet perlu ditingkatkan pada penderita asam urat, karena kesadaran untuk mengubah kebiasaan pola hidup yang sehat dalam mengatur serta lebih meningkatkan kualitas kesehatan seseorang, salah satunya pada lansia yang mengalami peningkatan kadar asam urat (Kussoy, 2019).

Kepatuhan diet perlu dilakukan untuk menghindari terjadinya peningkatan kadar asam urat sehingga mencegah komplikasi penyakit pada lansia. Berdasarkan penjelesaian diatas maka peneliti ingin melakukan penelitian tentang “Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Tulungagung Tahun 2023”.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat analitik dengan desain penelitian corelational analytic dengan pendekatan cross sectional. Tujuan penelitian ini menganalisis Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Tulungagung Tahun 2023. Populasi dan Sampel dari penelitian ini adalah seluruh lansia yang menderita asam urat di Posyandu Lansia Desa Srikaton Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung berjumlah 34 lansia yang dipilih dengan menggunakan metode *non-probability* dengan pendekatan total sampling.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Data Umum

Tabel 1 Distribusi Karakteristik data umum responden penelitian

Data Umum	<i>f</i>	Prosentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	15	44
Perempuan	19	56
Total	34	100
Pendidikan		
SD	7	20
SMP	5	15
SMA	16	47
PT	6	18
Total	34	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 34 lansia, didapatkan sebagian besar responden mempunyai jenis kelamin perempuan dengan jumlah 19 responden (56%), dan jenis kelamin laki-laki dengan jumlah 15 responden (44%). Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 34 lansia, didapatkan hampir setengahnya dari responden mempunyai pendidikan SMA dengan jumlah 16 responden (47%), pendidikan SD dengan jumlah 7 responden (20%), pendidikan PT dengan jumlah 6 responden (18%), dan pendidikan SMP dengan jumlah 5 responden (15%).

Data Khusus

Tabel 2 Distribusi frekuensi Kepatuhan Diet Pada Lansia Di Posyandu Lansia Desa Srikaton Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung Tahun 2023

Kepatuhan diet	<i>f</i>	Prosentase
Tinggi	8	23,5
Sedang	20	58,8
Kurang	6	17,6
Total	34	100%

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan sebagian besar responden mempunyai kepatuhan diet sedang dengan jumlah 20 responden (58,8%), kepatuhan diet tinggi 8 responden (23,5%), dan kepatuhan diet kurang 6 responden (17,6%).

Tabel 3 Tabulasi silang Kepatuhan Diet Pada Lansia Di Posyandu Lansia Desa Srikaton Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung Tahun 2023

Data Umum	Kepatuhan Diet							
	Tinggi		Sedang		Kurang		Total	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Usia (tahun)								
50-57	6	66,7	2	22,2	1	11,1	9	100
58-65	2	10,5	16	84,2	1	5,3	19	100
>65	0	0	2	33,3	4	66,7	6	100
Jenis Kelamin								
Laki-laki	1	7	9	60	5	33,3	15	100
Perempuan	7	36,8	11	57,9	1	5,3	19	100
Pendidikan								
SD	0	0	2	28,6	5	71,4	7	100
SMP	1	20	3	60	1	20	5	100
SMA	2	12,5	14	87,5	0	0	16	100
PT	5	83,3	1	16,7	0	0	6	100

Dari tabel 3 didapatkan bahwa dari 6 responden yang mempunyai usia lebih dari 65 tahun sebagian besar responden mempunyai kepatuhan diet kurang dengan jumlah 4 responden (66,7%). Berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa dari 19 responden yang mempunyai jenis kelamin perempuan sebagian besar mempunyai kepatuhan diet sedang dengan jumlah 11 responden (57,9%). Berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa dari 6 responden yang mempunyai pendidikan PT sebagian besar mempunyai kepatuhan diet tinggi dengan jumlah 5 responden (83,3%).

Tabel 4 Distribusi frekuensi Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Posyandu Lansia Desa Srikaton Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung Tahun 2023

Kadar asam urat	<i>f</i>	%
Normal	26	76,5
Tinggi	8	23,5
Total	34	100%

Berdasarkan tabel 4 didapatkan bahwa dari 34 responden sebagian kecil mempunyai kadar asam urat tinggi yaitu 8 responden (23,5%), dan kadar asam urat normal 26 responden (76,5%).

Tabel 5 Tabulasi silang Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Posyandu Lansia Desa Srikaton Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung Tahun 2023

Data Umum	Kadar asam urat					
	Normal		Tinggi		Total	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Usia (tahun)						
50-57	8	88,9	1	11	9	100
58-65	15	78,9	4	21	19	100
>65	3	50	3	50	6	100
Jenis Kelamin						
Laki-laki	10	66,7	5	33,3	15	100
Perempuan	16	84,2	3	15,8	19	100
Pendidikan						
SD	3	42,9	4	57,1	7	100
SMP	4	80	1	20	5	100
SMA	13	81,3	3	18,8	16	100
PT	6	100	0	0	6	100

Berdasarkan tabel 5 didapatkan bahwa dari 6 responden yang mempunyai usia lebih dari 65 tahun setengahnya mempunyai 50% mempunyai kadar asam urat tinggi. Berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa dari 15 responden yang berjenis kelamin laki-laki sebagian besar mempunyai kadar asam urat tinggi dengan jumlah 5 responden (33,3%). Berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa 7 responden yang mempunyai pendidikan SD sebagian besar mempunyai kadar asam urat tinggi dengan jumlah 4 responden (57,1%), sedangkan sisanya 3 responden (42,9%) mempunyai kadar asam urat normal.

Tabel 6 Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Tulungagung Tahun 2023

Kepatuhan Diet	Kadar Asam Urat					
	Normal		Tinggi		Total	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Tinggi	8	100	0	0	8	100
Sedang	17	85	3	15	20	100
Kurang	1	16,7	5	83,3	6	100

Berdasarkan tabel 6 didapatkan bahwa dari 34 responden yang memiliki kepatuhan diet tinggi dengan kadar asam urat normal sebanyak 8 responden (100%), kepatuhan diet sedang dengan kadar asam urat tinggi sebanyak 3 responden

(15%), dan kepatuhan diet kurang dengan kadar asam urat tinggi sebanyak 5 responden (83,3%).

Dalam menentukan uji statistik maka hasil penelitian diuji menggunakan uji normalitas agar dapat diketahui distribusi data menggunakan uji Kolmogorov Smirnov dengan hasil p value kurang dari 0,05 sehingga distribusi responden tidak normal dan selanjutnya menggunakan uji spearman rho untuk mengetahui Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Tulungagung Tahun 2023. Berdasarkan hasil uji spearman rho didapatkan hasil ρ value (0,000) dengan α (0,05), maka kesimpulannya H1 diterima sehingga ada Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Tulungagung Tahun 2023.

PEMBAHASAN

Kepatuhan Diet Pada Lansia Di Posyandu Lansia Desa Srikaton Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung Tahun 2023

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan sebagian besar responden mempunyai kepatuhan diet sedang dengan jumlah 20 responden (58,8%), kepatuhan diet tinggi 8 responden (23,5%), dan kepatuhan diet kurang 6 responden (17,6%).

Berdasarkan hasil tabulasi silang tabel 4.7 didapatkan bahwa dari 6 responden yang mempunyai pendidikan perguruan tinggi sebagian besar mempunyai kepatuhan diet tinggi dengan jumlah 5 responden (83,3%).

Berdasarkan hasil penelitian Dewi Susanti (2018) dengan 38 responden didapatkan hasil mayoritas responden kepatuhan diet sedang sebanyak 23 responden (60,5%), dan minoritas responden kepatuhan diet baik sebanyak 7 responden (18,4%). Dan diperoleh hasil analisis statistik Spearman Rho p value = 0.038 lebih kecil dari nilai tingkat kemaknaan $\alpha < 0.05$. Sehingga p value table dari p value hitung maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini dapat ditarik kesimpulan bahwa ada Hubungan Antara Tingkat Pendidikan Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Di RSUD R.A Kartini Jepara Tahun 2017.

Kepatuhan adalah perilaku individu dalam merawat diri sehingga dapat mencapai kontrol metabolik dan menghindari komplikasi jangka panjang dengan cara melakukan pemantauan glukosa, melakukan diet, pengobatan, melakukan aktivitas fisik, dan pemeriksaan kesehatan secara berkala (Fanani, 2018). Kepatuhan pada pasien asam urat adalah mengikuti anjuran diet yang disarankan oleh ahli gizi. Ahli gizi akan merekomendasikan dengan diet yang sesuai dengan penyakit yang diderita oleh pasien (Fanani, 2018). Pada lansia terdapat faktor yang dapat menghambat kepatuhan antara lain pemahaman tentang instruksi, kualitas interaksi, isolasi sosial dan keluarga dan keyakinan, sikap dan kepribadian (Dai dkk, 2020). Faktor lain yang mendukung kepatuhan yaitu usia, informasi sebelumnya, pengetahuan, jenis kelamin, pendidikan (Dewi dan Afridah, 2018).

Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin tinggi pula tingkat pengetahuan yang dimiliki. Menurut fungsinya pengetahuan merupakan dorongan dasar untuk ingin tahu, untuk mencari penalaran, dan untuk mengorganisasikan pengalamannya. Adanya unsur pengalaman yang semula tidak konsisten dengan apa yang diketahui oleh individu akan disusun, ditata kembali atau diubah sedemikian rupa, sehingga tercapai suatu konsistensi. Semakin tinggi tingkat pengetahuan, semakin baik pula tingkat kepatuhan (Dewi dan Afridah, 2018).

Kepatuhan diet merupakan perilaku seseorang dalam melakukan anjuran diet asam urat yang berguna untuk menjaga kesehatan tubuh. Perlunya melakukan kepatuhan diet sangat berguna bagi kesehatan lansia, dimana lansia rentan untuk mengalami berbagai penyakit akibat terjadinya penurunan metabolisme dalam tubuh. Didapatkan hasil penelitian ini menunjukkan pada lansia di posyandu Desa Srikaton mempunyai kepatuhan diet sedang dikarenakan beberapa faktor, salah satunya faktor pendidikan.

Pendidikan dapat berpengaruh terhadap kepatuhan diet seseorang dimana pendidikan akan

membentuk cara berfikir seseorang dalam menghadapi penyakit yang dialami. Menurut peneliti tingkat pendidikan yang rendah mengakibatkan kurangnya pemahaman responden. Pendidikan yang rendah menyebabkan seseorang sulit menerima dan menyerap informasi sedangkan pendidikan lebih tinggi mempengaruhi pola pikir seseorang yang berdampak pada kepatuhan diet pada lansia di posyandu lansia Desa Srikaton Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung Tahun 2023. Maka dari itu penting untuk lansia melakukan kepatuhan diet untuk menjaga kadar asam urat tetap normal dalam pembuluh darah.

Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Posyandu Lansia Desa Srikaton Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung Tahun 2023

Berdasarkan tabel 8 didapatkan bahwa dari 34 responden sebagian kecil mempunyai kadar asam urat tinggi yaitu 8 responden (23,5%), dan kadar asam urat normal 26 responden (76,5%).

Berdasarkan hasil tabulasi silang tabel 4.9 didapatkan bahwa dari 6 responden yang mempunyai usia lebih dari 65 tahun setengahnya mempunyai 50% mempunyai kadar asam urat tinggi.

Berdasarkan hasil tabel tabulasi silang tabel 10 didapatkan bahwa dari 15 responden yang berjenis kelamin laki-laki sebagian besar mempunyai kadar asam urat tinggi dengan jumlah 5 responden (33,3%).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Jilli dkk (2016) Hubungan Antara Umur, Jenis Kelamin, Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Kadar Asam Urat Darah Pada Masyarakat Yang Datang Berkunjung Di Puskesmas Paniki Bawah Kota Manado menunjukkan bahwa poporsi responden yang berumur yang berumur >40 tahun lebih banyak yang memiliki kadar asam urat darah yang tinggi yaitu sebanyak 132 responden (69,8%) dibandingkan dengan responden yang berumur <40 tahun yaitu 57 responden (30,2%). Data uji statistik menunjukkan nilai $p=0,001$ ($p<0,05$) sehingga p value table dari p value hitung maka H_0 ditolak H_a

diterima. Hal ini dapat ditarik kesimpulan bahwa ada Hubungan Antara Umur, Jenis Kelamin, Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Kadar Asam Urat Darah Pada Masyarakat Yang Datang Berkunjung Di Puskesmas Paniki Bawah Kota Manado.

Asam urat adalah hasil akhir dari katabolisme (pemecahan) suatu zat yang bernama purin. Asam urat sebenarnya memiliki fungsi dalam tubuh yaitu sebagai antioksidan dan bermanfaat dalam regenerasi sel. Metabolisme tubuh secara alami menghasilkan asam urat. Asam urat menjadi masalah ketika kadar di dalam tubuh melewati batas normal (Fanani, 2018). Terdapat beberapa faktor penyebab tingginya asam urat yaitu genetik, asupan makanan, alkohol, obesitas, minuman ringan, obat-obatan tertentu, usia, jenis kelamin, tekanan darah, dan aktifitas fisik (Songgilan, 2019).

Orang yang sudah lanjut usia rentan terkena penyakit yang terjadi pada usia lanjut adalah kehilangan massa tubuhnya, termasuk tulang, otot, dan massa organ tubuh, sedangkan massa lemak meningkat. Peningkatan massa lemak dapat memicu resiko penyakit kronis seperti kardiovaskular, diabetes melitus, hipertensi, dan penyakit degeneratif lainnya termasuk asam urat (Ridha, 2017). Pada usia lanjut tersebut, enzim urikase yang mengoksidasi asam urat mudah dibuang dan menurun seiring dengan bertambah tuanya umur seseorang. Jika pembentukan enzim ini terganggu maka kadar asam urat darah menjadi naik (Sani, 2019).

Serangan penyakit asam urat lebih jarang pada wanita karena adanya hormon estrogen yang ikut membantu pembuangan asam urat lewat urine (Sayekti, 2018). Pria tidak memiliki hormon estrogen yang tinggi, sehingga asam urat sulit diekskresikan melalui urin dan dapat menyebabkan resiko peningkatan kadar asam urat pada pria lebih tinggi. Presentase kejadian gout pada wanita lebih rendah daripada pria. Walaupun demikian kadar asam urat pada wanita meningkat pada saat menopause. Hal ini dikarenakan berkurangnya hormon estrogen yang ikut membantu

pembuangan asam urat lewat urine (Purwanto, 2017).

Asam urat mempunyai fungsi dalam tubuh yaitu sebagai antioksidan dan bermanfaat dalam regenerasi sel, tetapi apabila terjadi peningkatan dalam pembuluh darah dapat menyebabkan berbagai penyakit. Peningkatan kadar asam urat dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Berdasarkan hasil penelitian dan teori didapatkan bahwa meningkatnya usia menyebabkan menurunnya kerja organ tubuh dalam menyaring hasil metabolisme purin. Apabila asam urat menumpuk dalam pembuluh darah menyebabkan terjadinya gout yang dapat disebabkan nyeri pada sendi dan membentuk benjolan. Faktor lain yang menyebabkan asam urat juga karena jenis kelamin. Secara alami laki-laki memiliki kadar asam urat di dalam darah yang lebih tinggi daripada perempuan dikarenakan asam urat sulit dieksresikan melalui urin sehingga menimbulkan hiperurisemia. Maka dari itu perlunya pengontrolan kadar asam urat secara rutin untuk menghindari penumpukan kadar asam urat dalam darah.

Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Tulungagung Tahun 2023

Berdasarkan tabel 12 didapatkan bahwa dari 34 responden yang memiliki kepatuhan diet tinggi dengan kadar asam urat normal sebanyak 8 responden (100%), kepatuhan diet sedang dengan kadar asam urat tinggi sebanyak 3 responden (15%), dan kepatuhan diet kurang dengan kadar asam urat tinggi sebanyak 5 responden (83,3%).

Berdasarkan tabel 4.13 didapatkan hasil p value (0,000) dengan α (0,05), maka kesimpulannya H_1 diterima sehingga ada Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Tulungagung Tahun 2023.

Lansia merupakan suatu kejadian biologis yang tidak bisa dihindari oleh setiap orang. Seseorang bisa dikatakan lanjut usia setelah mencapai usia 55 tahun, tidak dapat mencari nafkah sendiri untuk keperluan hidupnya sehari-

hari dan menerima dari orang lain (UU No. IV, Tahun 1965 pasal 1). Menua atau menjadi tua adalah suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan. Menjadi tua merupakan proses alamiah yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupan, yaitu anak, dewasa dan tua (Andriyani, 2019).

Lansia rentan mengalami penyakit asam urat dikarenakan lansia mengalami penurunan fungsi metabolisme dalam pemecahan dan pengelolaan kadar protein didalam tubuh, sehingga akan menghasilkan tingginya purin yang mengakibatkan kadar asam urat didalam darah meningkat (Marlinda dkk, 2019). Maka dari itu perlunya kepatuhan diet pada lansia. Kepatuhan pada pasien asam urat adalah mengikuti anjuran diet yang disarankan oleh ahli gizi. Ahli gizi akan merekomendasikan dengan diet yang sesuai dengan penyakit yang diderita oleh pasien (Fanani, 2018).

Asam urat adalah asam yang berbentuk kristal-kristal yang merupakan hasil metabolisme purin yaitu salah satu komponen asam nukleat yang terdapat pada inti sel-sel tubuh. Purin adalah satu komponen asam nukleat yang terdapat dalam inti sel tubuh. Secara alamiah purin terdapat didalam tubuh dan diberbagai jenis makanan dari tanaman berupa sayur, buah kacang-kacangan dan dari hewan daging, jeroan, ikan dan sarden. Jadi, asam urat merupakan hasil metabolisme didalam tubuh yang kadarnya tidak boleh berlebih (Susiyanto, 2020).

Terdapat beberapa faktor penyebab tingginya asam urat yaitu genetik, asupan makanan, alkohol, obesitas, minuman ringan, obat-obatan tertentu, usia, jenis kelamin, tekanan darah, dan aktifitas fisik (Songgilan, 2019).

Kepatuhan terhadap diet asam urat merupakan bagian dari pencegahan primer dari suatu penyakit, patuh untuk melaksanakan cara pengobatan yang diberikan, mengurangi asupan

makanan yang tinggi purin sehingga membantu mengontrol produksi asam urat oleh tubuh (Saputra & Asnindari, 2018). Apabila kepatuhan diet asam urat tidak dilakukan, kadar asam urat dalam tubuh akan menumpuk dan penderita akan mengalami nyeri hebat pada sendi. (Sutiono & Hatmanti, 2018).

Berdasarkan penelitian Herawati (2020) diperoleh bahwa dari 44 responden terdapat responden dengan pola makan yang baik dengan kadar asam urat yang tinggi sebanyak 18 orang (40,9%) dan yang normal sebanyak 11 orang (25%).

Sedangkan pola makan kurang baik dengan kadar asam urat yang tinggi sebanyak 15 orang (34,1%) dan yang normal tidak ada. Hasil uji analisis diperoleh nilai p value 0,008 lebih kecil dari nilai α 0,05 yang artinya H_0 ditolak dan H_a diterima atau terdapat hubungan antara pola makan dengan kadar asam urat pada lansia Di Poli Lansia Puskesmas Malili.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori didapatkan bahwa pentingnya kepatuhan diet pada lansia untuk mencegah kelebihan kadar asam urat, dan dari hasil uji spearman rho didapatkan nilai ρ value (0,000) dengan α (0,05), maka H_1 diterima maka dapat disimpulkan ada Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Tulungagung Tahun 2023.

Pentingnya lansia dalam melakukan kepatuhan terhadap diet untuk mengontrol peningkatan kadar asam urat dalam darah. Kelebihan kadar asam urat dapat disebabkan ketidakmampuan lansia mengontrol dan menjaga pola diet, dipersulit pula pada usia lansia dimana usia tersebut terjadi penurunan fungsi tubuh sehingga pengaturan dan penyeimbangan pembuangan kadar asam urat dalam tubuh tidak baik. Hal inilah menyebabkan lansia mengalami peningkatan kadar asam urat dalam darah. Maka dari itu pada lansia Desa Srikaton Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung perlu meningkatkan kepatuhan diet asam urat dengan membatasi asupan purin, tidak mengkonsumsi

alkohol, mengurangi konsumsi lemak, dan mengkonsumsi banyak cairan.

4. KESIMPULAN

Hasil penelitian dengan topik Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Tulungagung Tahun 2023 dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: Didapatkan hasil kepatuhan diet menunjukkan sebagian besar responden mempunyai kepatuhan diet sedang. Didapatkan hasil kadar asam urat menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai kadar asam urat dengan jumlah normal. Didapatkan Hasil analisa ada Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Tulungagung Tahun 2023.

5. REFERENSI

- A. Wakhid dan Aini, F. N. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hiperurisemia di kecamatan bandungan kabupaten semarang
- Abri Madoni. (2018). Pengaruh Kompres Hangat Memakai Parutan Jahe Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Gout Arthritis Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Begalung Tahun 2017. XII(79), 1–7.
- Afnuhazi, R. (2019). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Lansia (45 – 70 Tahun). *Human Care Journal*, 4(1), 34. <https://doi.org/10.32883/hcj.v4i1.242>
- Afrizal, A. (2018). Permasalahan Yang Dialami Lansia Dalam Menyesuaikan Diri Terhadap Penguasaan Tugas-Tugas Perkembangannya. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 2(2), 91.
- Amiruddin, M., Nuddin, A., & Hengky, H. K. (2019). Pola Konsumsi Sebagai Faktor Risiko Kejadian Penyakit Asam Urat Pada Masyarakat Pesisir Teluk Parepare. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 2(2), 240–249. <https://doi.org/10.31850/makes.v2i2.147>

- Andriani, M., & Yanti, S. (2019). Pengaruh Senam Osteoporosis terhadap Penurunan Nyeri Muskuloskeletal pada Lanjut Usia di Dusun Berekah Desa Rai Oi Kecamatan Sape Kabupaten Bima. 405–410.
- Annita, A., & Handayani, S. W. (2018). Hubungan Diet Purin Dengan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 9(2), 68.
- Arjani, I. (2018). Gambaran Kadar Asam Urat, Glukosa Darah Dan Tingkat Pengetahuan Lansia Di Desa Samsam Kecamatan Kerambitan Kabupaten Tabanan. *Meditory : The Journal of Medical Laboratory*, 6(1), 46–55.
- Arjani, Ida Ayu Sri, dkk. (2018). Gambaran Kadar Asam Urat, Glukosa Darah Dan Tingkat Pengetahuan Lansia Di Desa Samsam Kecamatan Kerambitan Kabupaten Tabanan. *Meditory : The Journal of Medical Laboratory*, 6(1), 46–55. <https://doi.org/10.33992/m.v6i1.229>
- Arsa, P. S. A. (2021). Profil Karakteristik Individu Terhadap Kejadian Hiperursemia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 10(1), 28–33.
- Badri, P. R. A., Rosita, Y., & Peratiwi, D. (2020). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Masyarakat Tentang Faktor Risiko Hiperurisemia. *Syifa' MEDIKA: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 10(2). <https://doi.org/10.32502/sm.v10i2.2236>
- Bawiling, N. S., & Kumayas, M. (2019). Hubungan Konsumsi Alkohol Dengan Kejadian Gouty Arthritis Pada Pria Di Puskesmas Motoling Kecamatan Motoling. *Kesmas*, 6(2), 61–71.
- Dai, A., Mulyono, S., & Khasanah, U. (2020). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Gout Arthritis Pada Lansia. *Journal of Islamic Nursing*, 5(1), 1.
- Dewi, F. A., & Afridah, W. (2018). Pola Makan Lansia Penderita Asam Urat Di Posyandu Lansia Kelurahan Wonokromo Surabaya. *Journal of Health Sciences*, 7(1). Fatmawati. (2019). Hubungan asupan protein, karbohidrat dan lingkaran pinggang dengan kadar asam urat di Posyandu lansia werdho mulyo kadipiro surakarta.
- Ewit Evita Putri, A. (2019). Peningkatan, Identifikasi Asam, Kadar Di, Lansia Sosial, Panti Kendari, Werda Minaula. In Kementerian kesehatan republik indonesia politeknik kesehatan kendari jurusan keperawatan tahun 2019.
- Fanani, Dkk. 2018. “Hubungan Pola Makan Dengan Terjadinya Penyakit Gout (Asam Urat) Di Desa Limran Kelurahan Pantoloan Boya Kecamatan Taweli.” *Keperawatan Gerontik* 7(2):730–35.
- Fitriani, R., Azzahri, L. M., & Nurman, M. (2021). Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat (Gout Arthritis) Pada Usia Dewasa 35-49 Tahun. *Journal.Universitaspahlawan.Ac.Id*, 5(23), 20–27.
- Hambataru, S. A., Sutriningsih, A., & Warsono. (2018). Hubungan Antara Konsumsi Asupan Makanan Yang Mengandung Purin Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Desa Tulungrejo Kecamatan Ngantang. *Nursing News*, 3(1), 719–728.
- Ida Fitriyah. (2017). Skripsi hubungan respon spiritual dengan derajat kesehatan lansia.
- Indrayani, S., & Roesmono, B. (2021). Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Lansia Dalam Upaya Pencegahan Penyakit Gout Atritis. 01(1), 27–33.
- Indrawan, I. B., Kambayana, G., & Putra, T. R. (2019). Hubungan Konsumsi Purin Tinggi Dengan Hiperurisemia: Suatu Penelitian Potong Lintang Pada Penduduk Suku Bali di Kota Denpasar. *Jurnal Penyakit Dalam Udayana*, 1(2), 38–44. <https://doi.org/10.36216/jpd.v1i2.20>
- Kemenkes RI, 2018, Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2017 Kemenkes RI, 2019, Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018.

- Kemendes RI. (2019). Profil Kesehatan Indonesia 2018 [Indonesia Health Profile 2018]. http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatanindonesia/Data-dan-Informasi_Profil-Kesehatan-Indonesia-2018.pdf
- Kussoy, V. F. M., Kundre, R., & Wowiling, F. (2019). Kebiasaan Makan Makanan Tinggi Purin Dengan Kadar Asam Urat Di Puskesmas. *Jurnal Keperawatan*, 7(2), 1–7. <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i2.27476>
- Marlinda, Roza and Putri Dafriani. 2019. “Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pasien Arthritis Gout.” *Jurnal Kesehatan Sainika Meditory* 2(1):62–70.
- Nursalam. 2019. *Buku Ajar Metodologi Penelitian Keperawatan*. Penerbit Salemba Medika. Jakarta
- Parenti, dkk. 2019. “Hubungan Peran Keluarga Dengan Perilaku Pencegahan Peningkatan Kadar Asam Urat Pada Lansia.” *Jurnal Sains Dan Seni ITS* 6(1):51–66.
- Purwanto, D. I. (2019). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Tentang Diet Rendah Purin Terhadap Kepatuhan Penderita Asam Urat (Studi Di Dusun Mojongapit).
- Rampi, P. R., Assa, Y. A., & Mewo, Y. M. (2017). Gambaran Kadar Asam Urat Serum pada Mahasiswa dengan Indeks Massa Tubuh ≥ 23 kg/m² di Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi. *Jurnal E-Biomedik*, 5(2).
- Ridha, N. (2017). Proses Penelitian, Masalah, Variabel, dan Paradigma Penelitian. *Jurnal Hikmah*, 14(1), 62–70. <http://jurnalhikmah.staisumateramedan.ac.id/index.php/hikmah/article/download/10/13>
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018*
- Sani, F. N., & Afni, A. C. N. (2019). Pengaruh Pemberian Jus Sirsak (*Annona Muricata* Linn) Terhadap Kadar Asam Urat Pada Lansia Dengan Gout. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 10(2), 634–645.
- Sapti, Mujiyem. 2019a. “Gambaran Kadar Asam Urat Pada Lansia.” *Kemampuan Koneksi Matematika*
- Saputra, B. indra. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Asam Urat Pada Lansia Penderita Gout Arthritis Di Kacangan Giripurwo Purwosari Gunungkidul. http://digilib.unisayogya.ac.id/4318/1/Naskah_Publikasi_Bayu.pdf
- Sayekti, S. (2018). Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Pada Pra Lansia Di Rt:02/Rw:02 Desa Candimulyo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang. *Jurnal Insan Cendekia*, 4(2), 9–19.
- Songgigilan, A. M. G., & Kundre, R. (2019). Hubungan Pola Makan Dan Tingkat Pengetahuan Dengan Kadar Asam Urat Dalam Darah Pada Penderita Gout Arthritis Di Puskesmas Ranotana Weru. Hubungan Pola Makan Dan Tingkat Pengetahuan Dengan Kadar Asam Urat Dalam Darah Pada Penderita Gout Arthritis Di Puskesmas Ranotana Weru, 7(1), 1–8.
- Wahyu Widyanto, Fandi. 2017. “Arthritis Gout Dan Perkembangannya.” *Sainika Medika* 10(2):145.
- Widuri, Eka Khoiriyah Karang. 2018. “Gambaran Perilaku Lansia Tentang Diet Rendah Purin Pada Penderita Gout Arthritis Di Posyandu Danan Joyo RW 04 Sukun Malang.” *Politeknik Kesehatan RS dr. Soepaoen*.
- Wijaya, N. K., Ulfiana, E., & Wahyuni, S. D. (2020). Hubungan Karakteristik Individu, Aktivitas Fisik, dan Gaya Hidup dengan Tingkat Kebugaran Fisik pada Lansia. In *Indonesian Journal of Community Health Nursing* (Vol. 4, Issue 2).