

**MANIFESTASI ASAM URAT PADA LANSIA DI PUSKESMAS KOTA
WILAYAH SELATAN KOTA KEDIRI**

***MANIFESTATION OF URIC ACID IN LANSIA AT PUSKESMAS KOTA WILAYAH
SELATAN KEDIRI***

Selvia David Richard, Karmiatun

STIKES RS. Baptis Kediri

Jl. Mayjend. Panjaitan No. 3B Kediri Telp. (0354) 683470

Email: selviadavid.richard@yahoo.co.id

ABSTRAK

Penyakit asam urat adalah masalah kesehatan umum yang banyak dialami mereka yang sudah 60 tahun keatas. Gejala asam urat yang dapat dirasakan yaitu kesemutan, nyeri pada malam hari atau pagi hari saat bangun tidur. Tujuan dari penelitian ini adalah mempelajari manifestasi asam urat pada lansia di Puskesmas Kota Wilayah Selatan Kota Kediri. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah Deskripsi. Populasi adalah lansia penderita asam urat di Puskesmas Kota Wilayah Selatan Kota Kediri. Sampel dari penelitian ini adalah 35 Lansia penderita asam urat yang memeriksakan diri di Puskesmas Kota Wilayah Selatan Kota Kediri yang diambil dengan menggunakan *Consecutive sampling*. Variabel dalam penelitian ini adalah manifestasi asam urat lansia. Data dikumpulkan dengan kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas mengalami peningkatan kadar asam urat yaitu 35 responden (100%). Kesimpulan dari penelitian ini manifestasi asam urat pada lansia di Puskesmas Kota Wilayah Selatan Kota Kediri paling banyak mengalami peningkatan kadar asam urat, dan saat kadar asam urat meningkat tidak disertai gejala nyeri serta lansia sering mengalami serangan radang sendi berulang yang tidak menentu.

Kata kunci: Manifestasi, asam urat, lansia

ABSTRACT

Uric acid disease is a common health problem that many experienced by those who have 60 years and above. Symptoms of uric acid that can be felt tingling, pain at night or early morning waking. The purpose of this study was to studi the manifestation of uric acid in elderly at Puskesmas Kota Wilayah Selatan Kediri. The design used in this study was Description. The populations were elderly uric acid sufferers in Puskesmas Kota Wilayah Selatan Kediri. Samples from this study were 35 Elderly geriatric patients who checked themselves at the Puskesmas Kota Wilayah Selatan Kediri taken with Consecutive sampling. The variables in this study were elderly with manifestations of uric acid. Data were collected by questionnaire. The results showed that the majority increased uric acid levels were 35 respondents (100%). The conclusion of this study is manifestation of uric acid in elderly in Puskesmas Kota Wilayah Selatan Kediri at most

increase of uric acid level, and when uric acid level increase not accompanied by pain symptom and elderly often experience of erratic inflammatory arthritis attacks.

Keywords: *Manifestation, uric acid, elderly*

Pendahuluan

Penyakit asam urat atau dalam dunia medis disebut penyakit gout atau penyakit pirai (arthritis pirai) adalah senyawa nitrogen yang dihasilkan dari proses katabolisme (pemecahan) purin baik dari diet maupun dari asam nukleat endogen (asam deoksiribonukleat DNA). Asam urat sebagian besar diekskresi melalui ginjal dan hanya sebagian kecil melalui saluran cerna (Syukri, 2007). Penyakit asam urat adalah penyakit yang disebabkan oleh tumpukan asam urat/kristal urat pada jaringan, terutama pada jaringan sendi Junaidi (2012). Asam urat bisa terjadi kepada siapa saja yang tidak melakukan pola hidup sehat dengan cara menjaga makanan yang dikonsumsi, mengatur istirahat dan olahraga (Sandjaya, 2014). Fase anak-anak, lansia, dan ibu hamil merupakan fase paling bahaya apabila terserang penyakit asam urat, karena fase-fase ini manusia cenderung lebih rapuh dan tidak stabil (Sandjaya, 2014). Penyakit asam urat adalah masalah kesehatan umum yang banyak dialami mereka yang sudah 60 tahun keatas. Bagi para lansia, gejala yang ditimbulkan oleh asam urat bisa jadi sangat menyiksa, karena bisa jadi gejalanya lebih parah dari usia muda (Sandjaya, 2014). Menurut WHO, hampir 60% taraf kesehatan seseorang dipengaruhi oleh gaya hidupnya. Pola hidup yang sehat akan meningkatkan derajat kesehatan seseorang dan pola hidup yang tidak sehat akan menurunkan derajat kesehatan sehingga tubuh menjadi mudah terkena penyakit.

Gejala asam urat yang dapat dirasakan yaitu kesemutan, nyeri pada malam hari atau pagi hari saat bangun tidur. Gejala yang sering dirasakan lansia di Puskesmas Kota Wilayah Selatan Kota Kediri banyak yang mengeluhkan manifestasi asam urat seperti kesemutan

linu dan nyeri. Rasa nyeri hebat pada persendian yang dirasakan berulang-ulang sangat mengganggu penderitanya.

Berdasarkan pemeriksaan kadar asam urat yang dilakukan peneliti kepada 10 lansia penderita asam urat didapatkan hasil bahwa 10 (100%) mengalami manifestasi asam urat seperti kesemutan, linu dan nyeri pada sendi.

Penyakit asam urat disebut pula dengan *gout arthritis* atau pirai dan termasuk bagian dari penyakit rematik. Penyakit ini akan muncul saat terjadi penumpukan kristal asam urat (monosodium urat) pada sendi akibat kadar asam urat yang terlalu berlebihan di dalam darah. Jika kadar asam urat di dalam darah terlalu berlebihan maka ginjal tidak mampu lagi mengatur kestabilannya. *Uric acid* atau asam urat merupakan produk akhir dari proses *katabolisme* purin. Dalam kadar yang normal, purin sangat bermanfaat bagi tubuh kita. Jika kadarnya berlebihan, maka akan menyebabkan terbentuknya kristal asam urat, terjadi saat kita sering mengkonsumsi makanan yang berkadar purin tinggi. Makanan tinggi purin tersebut akhirnya melebihi batas kebutuhan purin yang berasal dari luar tubuh (15%). Semakin tinggi asupan purin yang masuk kedalam tubuh kita, maka semakin tinggi pula kadar asam urat yang terbentuk.

Saat kadar asam urat yang terdapat di dalam tubuh melebihi ambang batasnya maka ginjal tidak mampu lagi mengeluarkannya, penumpukan kristal asam urat pada sendi serta jaringan yang kemudian menyebabkan timbulnya penyakit asam urat (Noormindhawati, 2014). Komplikasi dari tingginya kadar asam urat antara lain, batu ginjal, penyakit radang sendi dan kerusakan ginjal (Gagal ginjal) (Sandjaya, 2014). Gangguan lain penyakit asam urat yaitu gangguan fungsi ginjal, penyakit jantung koroner, penyakit

yang sering menyertai penyakit asam urat antara lain, Diabetes, Hipertensi, *Stroke*, kadar lemak dalam darah meningkat dan sindroma metabolik (Noormindhawati, 2014). Pengaturan pola makan merupakan metode yang sangat efektif untuk jangka panjang guna mengurangi serangan gout (asam urat). Makanan yang kaya purin harus dihindari (Sandjaya, 2014).

Metodologi Penelitian

Desain penelitian ini adalah deskriptif. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 21 Maret 2017 - 21 April 2017. Variabel dalam penelitian ini adalah manifestasi asam urat lansia. Pada penelitian ini populasinya adalah semua lansia penderita asam urat di Puskesmas Kota Wilayah Selatan Kota Kediri. Besar sampel dalam penelitian ditentukan berdasarkan kurun waktu tertentu yaitu selama satu bulan. Jumlah populasi pada

penelitian ini sebanyak 45 lansia penderita asam urat. Besar sampel yang didapatkan dalam kurun waktu satu bulan 35 lansia. Sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *consecutive sampling* yaitu pemilihan sampel dengan menetapkan subjek yang memenuhi kriteria penelitian dimasukkan dalam penelitian sampai kurun waktu tertentu, sehingga jumlah klien yang diperlukan terpenuhi. Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa lembar kuesioner. Pertanyaan dibagi menjadi dua bagian yaitu pertama tentang data demografi dengan jumlah 9 pertanyaan (jenis kelamin, pendidikan, umur, status perkawinan, riwayat pekerjaan, pekerjaan saat ini, agama, berat badan dan tinggi badan), kedua tentang data khusus tentang manifestasi asam urat. Pertanyaan mengenai manifestasi asam urat dalam bentuk pertanyaan dikotomi dengan jawaban ya dan tidak dengan jumlah 15 soal.

Hasil Penelitian

Tabel 1. Tabel Distribusi Manifestasi Asam Urat pada lansia di Puskesmas Kota Wilayah Selatan Kota Kediri pada Tanggal 21 Maret – 21 April 2017 (n = 35)

Indikator Manifestasi Asam Urat	No. Soal	Σ	Manifestasi		Total
			Ya	Tidak	
Peningkatan kadar asam urat	1	Σ	35	0	35
		%	100	0	100
Tidak merasakan sakit sama sekali	2	Σ	19	16	35
		%	54,3	45,7	100
Tidak disertai gejala nyeri	3	Σ	25	10	35
		%	71,4	28,6	100
Nyeri	5	Σ	16	19	35
		%	45,7	54,3	100
	8	Σ	17	18	35
		%	48,6	51,4	100
9	Σ	22	13	35	
	%	62,8	37,2	100	
Bengkak	6	Σ	12	23	35
		%	34,3	65,7	100
Merah, panas	7	Σ	5	30	35
		%	14,2	85,8	100
Terjadi setelah satu sampai dua tahun	10	Σ	25	10	35
		%	71,4	28,6	100
	11	Σ	9	26	35
		%	25,8	74,2	100

Indikator Manifestasi Asam Urat	No. Soal	Σ	Manifestasi		Total
			Ya	Tidak	
Terbentuk tofi	4	Σ	5	30	35
		%	14,2	85,8	100
Perubahan bentuk pada sendi-sendi	12	Σ	3	32	35
		%	8,6	91,4	100
Rasa sakit terus-menerus	13	Σ	23	12	35
		%	65,8	34,2	100
	14	Σ	17	18	35
		%	48,6	51,4	100
Suhu badan tinggi	15	Σ	2	33	35
		%	5,8	94,2	100

Dari data di atas dapat diketahui bahwa mayoritas mengalami peningkatan kadar asam urat pada soal 1 yaitu 35 responden (100%) dan paling banyak menjawab “ya” pada soal no 3 tentang “saat kadar asam urat meningkat tidak disertai gejala nyeri” sebanyak 25 responden (71,4%). Sebagian besar menjawab “ya” pada soal 10 tentang “apakah anda mengalami serangan radang sendi berulang yang tidak menentu” sebanyak 25 responden (71,4%).

Pembahasan

Manifestasi asam urat pada Lansia dengan asam urat

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 21 Maret – 21 April 2017 terhadap 35 responden didapatkan bahwa mayoritas mengalami peningkatan kadar asam urat pada soal 1 yaitu 35 responden (100%) dan paling banyak menjawab “ya” pada soal no 3 tentang “saat kadar asam urat meningkat tidak disertai gejala nyeri” sebanyak 25 responden (71,4%). Sebagian besar menjawab “ya” pada soal 10 tentang “apakah anda mengalami serangan radang sendi berulang yang tidak menentu” sebanyak 25 responden (71,4%).

Asam urat merupakan sisa metabolisme zat purin yang berasal dari makanan yang kita konsumsi (Istianty & Rusilanti, 2013). Mengonsumsi secara berlebihan makanan yang mengandung purin tinggi sehingga terjadi metabolisme

purin di dalam tubuh. Namun, karena purin yang masuk ke tubuh dalam jumlah banyak, maka kadar asam urat di dalam tubuh pun meningkat. Meningkatnya kadar asam urat menyebabkan ginjal tidak mampu mengekskresikan asam urat. Asam urat yang tidak dapat diekskresikan menumpuk dan mengkristal di daerah persendian. Hal ini menyebabkan peradangan dan rasa nyeri pada sendi (Herliana, 2013). Faktor risiko yang menyebabkan orang terserang penyakit asam urat adalah pola makan, kegemukan, suku bangsa (Dewanti, 2010). Sedangkan faktor risiko yang mempengaruhi peningkatan kadar asam urat adalah usia, jenis kelamin, konsumsi purin dan obat-obatan (Nikmah, 2015). Menurut Fauzi (2014).

Tahap Asimtomatik tanda-tanda penyakit asam urat pada permulaan biasanya ditandai dengan peningkatan kadar asam urat. Penderita pada tahap asimtomatik tidak merasakan sakit sama sekali dan tidak disertai gejala nyeri, arthritis, tofus maupun batu ginjal atau batu urat di seluruh kemih. Tahap Akut asam urat biasanya terjadi serangan radang sendi disertai dengan rasa nyeri yang hebat, bengkak, merah dan terasa panas pada pangkal ibu jari kaki. Biasanya serangan muncul pada tengah malam dan menjelang pagi hari. Tahap Interkritikal asam urat adalah tahap interval di antara dua serangan akut. Biasanya terjadi setelah satu sampai dua tahun kemudian. Tahap Kronik pada tahap kronik ini ditandai dengan terbentuknya tofi dan demorfasi atau perubahan bentuk pada sendi-sendi yang tidak dapat berubah ke bentuk seperti

semula. Hal ini disebut gejala *irreversible* atau arthritis gout kronis. Pada kondisi ini frekuensi kambuh akan semakin sering. Kondisi juga disertai rasa sakit terus menerus yang lebih menyiksa dan suhu badan bisa tinggi. Bila demikian, bisa menyebabkan penderita tidak bisa jalan atau lumpuh karena sendi menjadi kaku-kaku tidak bisa ditekek.

Manifestasi asam urat pada lansia di Puskesmas Kota Wilayah Selatan Kota Kediri dengan jumlah keseluruhan responden yaitu 35 responden, manifestasi asam urat mayoritas mengalami peningkatan kadar asam urat dan kadar asam urat meningkat tidak disertai gejala nyeri karena pada tahap asimtomatik penyakit asam urat rata-rata tidak dirasakan oleh lansia sehingga lansia tidak merasakan sakit sama sekali, hal tersebut akan berdampak pada terjadinya komplikasi asam urat seperti penyakit radang sendi. Selain itu lansia mengalami serangan radang sendi berulang yang tidak menentu, sebanyak 25 responden (71,4%), hal ini disebabkan oleh pola konsumsi seseorang dipicu oleh kebiasaan seseorang mengkonsumsi makanan dengan tingkat purin yang tinggi sehingga mempengaruhi kadar asam urat didalam tubuh, apabila kondisi terus berlanjut akan menyebabkan asam urat yang kronis. Pada kondisi ini, rasa nyeri disendi berlangsung secara terus-menerus dan dapat menimbulkan timbunan kristal asam urat didalam jaringan lunak, tulang rawan, selaput diantara tulang yang dapat menyebabkan persendian pada lansia sulit untuk digerakkan.

Menurut Damayanti (2012) Asam urat terjadi terutama pada laki-laki, mulai dari usia pubertas hingga mencapai puncak usia 40-50 tahun, sedangkan pada perempuan, presentase asam urat mulai didapat setelah memasuki masa menopause. Kejadian asam urat baik di negara maju ataupun negara berkembang semakin meningkat terutama pada pria usia 40-50 tahun. Kadar asam urat pada pria meningkat sejalan dengan peningkatan usia seseorang. Hal ini terjadi karena pria tidak memiliki hormon

estrogen yang dapat membantu membuang asam urat sedangkan perempuan memiliki hormon estrogen yang ikut membantu membuang asam urat lewat urin.

Penderita asam urat lebih sering terjadi pada laki-laki hal ini disebabkan karena pria memiliki kadar asam urat yang lebih tinggi daripada wanita, hal ini berkaitan dengan hormon estrogen, peran hormon estrogen ini membantu mengeluarkan asam urat melalui urin. Laki-laki tidak memiliki hormon estrogen yang tinggi, sehingga akibatnya asam urat sulit diekskresikan melalui urin dan hal inilah yang menyebabkan resiko peningkatan kadar asam urat lebih tinggi dari pada laki-laki. Selain jenis kelamin, usia juga mempengaruhi kadar asam urat dimana penderita asam urat lebih banyak dialami oleh lansia karena semakin bertambahnya usia kadar asam urat di dalam darah semakin bertambah sehingga akan membentuk menyerupai kristal.

Berdasarkan hasil penelitian asam urat yang terjadi pada lansia, paling sering mengalami peningkatan kadar asam urat, peningkatan kadar asam urat tersebut tidak disertai gejala nyeri, serta serangan radang sendi berulang yang tidak menentu. Pola makan lansia berdasarkan jenis makanan paling banyak dalam mengkonsumsi makanan karbohidrat kurang yaitu (40%), pola makan lansia dalam mengkonsumsi protein hewani didapatkan mayoritas pola makannya baik (88,6%), sedangkan pola makan lansia dalam mengkonsumsi protein nabati paling banyak cukup sebanyak (48,6%), lebih dari 50% didapatkan pola makan lansia dalam mengkonsumsi lemak jenuh baik sebanyak (54,3%), pola makan lemak tidak jenuh mayoritas baik sebanyak (97,1%), mayoritas lansia dalam mengkonsumsi vitamin dan mineral kurang yaitu (100%) sedangkan dari jumlah kalori makanan lebih dari 50% baik yaitu (57,2), pola makan teratur lansia lebih dari 50% baik sebanyak (57,2%). Manifestasi asam urat paling rendah didapatkan pada saat terjadi kekambuhan disertai suhu badan tinggi, pada pola makan berdasarkan hasil manifestasi didapatkan nilai paling rendah sebesar (5,7%) dengan manifestasi pola makan karbohidrat kurang sebanyak

(41,7%), pada protein hewani didapatkan mayoritas pola makan baik sebanyak (82,1%), pada protein nabati sebagian besar pola makan cukup sebanyak (72,2%), sedangkan dari jenis makanan lemak jenuh mayoritas pola makan lansia baik yaitu (100%), lemak tidak jenuh didapatkan mayoritas pola makan baik yaitu (91,7%), berdasarkan vitamin dan mineral yang paling banyak pola makan lansia kurang sebanyak (3,8%), berdasarkan jumlah kalori makanan didapatkan sebagian besar pola makan lansia cukup (75,0%), sedangkan pada pola makan teratur diperoleh sebagian besar lansia pola makan cukup sebanyak (70,0%).

Kesimpulan

Manifestasi asam urat pada lansia di Puskesmas Kota Wilayah Selatan Kota Kediri paling banyak mengalami peningkatan kadar asam urat, dan saat kadar asam urat meningkat tidak disertai gejala nyeri serta lansia sering mengalami serangan radang sendi berulang yang tidak menentu.

Saran

Setelah dilakukan penelitian ini maka peneliti perlu menyampaikan saran-saran bagi pasien sebagai informasi untuk meningkatkan pola makan sehat seperti mengatur jenis makanan, jumlah kalori makanan dan pola makan teratur sehingga dapat menurunkan manifestasi asam urat yang akan menciptakan kualitas hidup yang baik sesuai harapan pasien. Dan dapat menjadi acuan perawat dalam memberikan pendidikan kesehatan terkait manifestasi asam urat seperti peningkatan kadar asam urat dan saat kadar asam urat meningkat tidak disertai gejala nyeri serta serangan radang sendi berulang yang tidak menentu yang dialami pada lansia sebagai kompetensi perawat untuk meningkatkan peran perawat (*care provider*) dalam

memberikan asuhan keperawatan kepada pasien penderita asam urat.

Daftar Pustaka

- Damayanti, D. (2012). *Mencegah Dan Mengobati Asam Urat*. Yogyakarta: Araska.
- Dewanti S., (2010). *Buku Pintar Kesehatan Kolesterol, Diabetes Mellitus, & Asam Urat*, sidowayah-klaten: Kawan kata
- Fauzi, I. (2014). *Buku Pintar Deteksi Dini Gejala & Pengobatan Asam Urat, Diabetes & Hipertensi*, Yogyakarta: Araska
- Herliana, E. (2013). *Penyakit Asam Urat kandas berkat herbal*, Jakarta: Fmedia
- Istianty, A., dan Rusilanti. (2013). *Gizi terapan*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Junaidi, I. (2012). *Rematik dan Asam Urat*. Jakarta: PT Bhuna Ilmu Populer.
- Nikmah, Maul. (2015). *Terapi gizi pada pada penyakit hiperuresemia*. <http://www.academia.edu> di akses pada tanggal 22 juli 2017 jam 18.45
- Noormindhawati, L. (2014). *Tahukah anda? Makanan Berbahaya untuk Asam Urat*, Jakarta timur: Niaga swadaya
- Sandjaya, H. (2014). *Buku sakti pencegahan & penangkal asam urat*. Yogyakarta: mantra books
- Syukri, Maimun. (2007). *Asam Urat dan Hiperurisemia*. *Majalah Kedokteran Nusantara*. Vol 40: 52-55.