

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KADAR ASAM URAT PADA LANSIA DI RW 16 KELURAHAN MANGLI KECAMATAN KALIWATES KABUPATEN JEMBER

Citra Aida Sofyana¹, Susi Wahyuning Asih², Cahya Tribagus Hidayat³

¹Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan

²Dosen S1 Keperawatan

Program Studi S1 Keperawatan FIKes Universitas Muhammadiyah Jember

E-mail: citrasofyana@yahoo.co.id, susiwahyuningasih@gmail.com,
cahyabagus60@gmail.com

Abstract

The increase in the number of elderly people makes a new health problem, because of the age increase process which influence the physiological function because of degenerative process. One of the elderly health problem which causes by degenerative process is nutrient problem. The nutrient problem of elderly is mostly about obesity which cause degenerative deceases, one of the is the uric acid. The risk it self will increase if the eating habit is not balance. The aim of this study is to find out whether there is a relationship between the nutrition status and the uric acid levels of the elderly at RW 16, Mangli, Kaliwates, Jember. The design of this study is correlation method with cross sectional design. The population is the elderly of RW 16, Mangli, Kaliwates, Jember which has 40 respondents. The sample uses random sampling technique which has 38 respondents. The result shows that there is a relationship between the nutritional status and uric acid because from that, we get 0,002 as the value. The conclusion of this study is there is a relationship between the nutritional status and the uric acid levels of the elderly at RW 16, Mangli, Kaliwates, Jember. Recommendation for the elderly is suggested to take care and control their eating habit and doing some light activities more of ten.

Keywords : Nutritional Status, Uric Acid, Elderly

Abstrak

Peningkatan jumlah penduduk lansia menimbulkan permasalahan baru di bidang kesehatan akibat dari proses pertambahan umur yang mempengaruhi fungsi fisiologis akibat proses degeneratif. Salah satu permasalahan kesehatan lansia akibat proses degeneratif adalah masalah gizi. Masalah gizi lanjut usia sebagian besar merupakan masalah gizi kegemukan/obesitas yang memacu timbulnya penyakit degeneratif salah satunya adalah penyakit asam urat. Resiko terjadinya asam urat akan bertambah apabila disertai dengan pola konsumsi makan yang tidak seimbang. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah terdapat hubungan status gizi dengan asam urat pada lansia di RW 16 Kelurahan Mangli Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember. Desain penelitian ini adalah metode korelasi dengan rancangan *cross sectional*. Populasi adalah seluruh lanjut usia yang berada di RW 16 Kelurahan Mangli Kecamatan Kaliwates Kabupaten

Jember yang berjumlah 40 responden. Sampel menggunakan teknik *random sampling* yaitu sebanyak 38 responden. Hasil menunjukkan, ada hubungan antara status gizi dengan kadar asam urat karena nilai yang diperoleh $p < 0,002$ dengan keeratan hubungan sedang. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara status gizi dengan kadar asam urat pada lansia di RW 16 Kelurahan Mangli Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember. Rekomendasi bagi lansia disarankan menjaga dan mengontrol pola makan serta perbanyak aktivitas ringan.

Kata kunci : Status Gizi, Kadar Asam Urat, Lansia

PENDAHULUAN

Lansia adalah sebuah tahap akhir perkembangan daur kehidupan manusia (Dewi, 2014). Peningkatan jumlah penduduk lansia menimbulkan permasalahan baru di bidang kesehatan akibat dari proses pertambahan umur yang mempengaruhi fungsi fisiologis akibat proses degeneratif. Salah satu permasalahan kesehatan lansia akibat proses degeneratif adalah masalah gizi. Masalah gizi yang sering terjadi pada lanjut usia yaitu masalah gizi berlebih (obesitas) dan masalah gizi kurang (kurus).

Masalah gizi lanjut usia sebagian besar merupakan masalah gizi kegemukan/obesitas yang memacu timbulnya penyakit degeneratif salah satunya adalah penyakit asam urat (Wiwi indraswari, 2012). Resiko terjadinya asam urat akan bertambah apabila disertai dengan pola

konsumsi makan yang tidak seimbang. Kebiasaan makan adalah faktor penting yang berpengaruh kepada status kesehatan dan kemampuan fisik seorang lanjut usia (Pirlich & lochs 2001 dalam Wiwi indraswari, 2012).

Asupan makanan yang baik dapat mengontrol kadar asam urat dalam darah. Ada banyak jenis makanan yang dapat menyebabkan kadar asam urat dalam darah menjadi tidak normal, seperti makanan yang tinggi purin, makanan yang berprotein tinggi, serta berkonsumsi alkohol. Asupan gizi yang baik sangat diperlukan untuk membantu mengoptimalkan kesehatan dan mencegah terjadinya penyakit asam urat.(Arisman, 2004).

Peningkatan kadar asam urat dalam tubuh dapat mengakibatkan gangguan pada tubuh seperti perasaan linu-linu pada daerah

persendian, dan disertai timbulnya rasa nyeri yang teramat sangat pada penderitanya. Umumnya asam urat menyerang lutut, tumit, dan jempol kaki. Penyakit Asam urat merupakan salah satu penyakit yang banyak dijumpai pada laki-laki usia antara 30-40 tahun, sedangkan pada wanita umur 55-70 tahun, insiden wanita jarang kecuali setelah menopause (Tjokroprawiro, 2007).

Selain faktor obesitas masalah gizi lain yang dapat terjadi pada lansia yaitu masalah kurang gizi juga banyak terjadi pada usia lanjut seperti Kurang Energi Protein yang Kronis (KEK), anemia, dan kekurangan zat gizi mikro lain (Ardiani & Warjatmadi, 2012). Upaya perbaikan gizi masyarakat sebagaimana disebutkan di dalam Undang-Undang Kesehatan No. 38 tahun 2009 bertujuan untuk meningkatkan mutu gizi perseorangan dan masyarakat. Upaya tersebut antara lain melalui perbaikan pola konsumsi makanan, perbaikan dan perilaku sadar gizi, peningkatan akses dan mutu pelayanan gizi dan kesehatan sesuai dengan kemajuan ilmu dan teknologi.

Pada tahun 2011, berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Jember menunjukkan jumlah penderita asam urat wilayah kabupaten jember adalah 2.859 penderita di 49 puskesmas (Dinas Kesehatan Kabupaten Jember dalam Pratiwi,2013).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada tanggal 20 November 2017 di RW 016 kelurahan mangli kecamatan kaliwates kabupaten jember yang dilakukan oleh peneliti didapatkan sebanyak 40 lansia yang berada di RW 16 kelurahan mangli diketahui asam urat menduduki peringkat pertama penyakit yang sering dikeluhkan oleh lansia.

Tujuan pada penelitian ini adalah untuk Menjelaskan hubungan status gizi dengan kadar asam urat pada lansia di RW 16 Kelurahan Mangli Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember

Penelitian ini diharapkan menjadi media informasi yaitu penyuluhan tentang status gizi bagi kesehatan khususnya lansia sehingga masyarakat tau akan pentingnya menjaga status gizi dan kesehatannya

MATERIAL DAN METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah korelasi, yaitu metode penelitian yang mencoba mencari hubungan atau korelasi antara variabel independen dengan variabel dependen. Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* yaitu penelitian suatu populasi referen yang dilakukan sewaktu-waktu atau periode waktu tertentu untuk mengetahui variabel independen atau faktor risiko yang mempengaruhi variabel dependen (Chandra, 2008). Alat ukur yang digunakan menggunakan timbangan digital dan Alat tes asam urat *EasyTouch GCU*. Sampel dalam penelitian ini adalah lansia yang berada di RW 016 Kelurahan Mangli Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember yang berjumlah 38 orang dengan menggunakan *simple random sampling* yang telah ditentukan dan yang telah memenuhi kriteria inklusi.

Tempat pengambilan data untuk penelitian dilakukan di RW 16 Kelurahan Mangli Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember.

Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei – Juni 2018.

Analisa data pada penelitian ini menggunakan uji *spearman rank*. Uji *spearman rank* digunakan untuk mengetahui hubungan dua variabel yang diduga memiliki hubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2012).

HASIL

Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Umur

Umur	Frekuensi	Presentasi (%)
50-55	9	23,6
56-58	10	26,4
59-63	9	23,7
65-70	10	26,3
Total	38	100

Tabel diatas menunjukkan bahwa dari 38 responden sebgaiian besar berumur 56-58 tahun dengan presentase sebanyak 26,4 % atau 10 orang.

Tabel 2 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

	Frekuensi	Presentasi (%)
Laki-laki	11	28,9
Perempuan	27	71,1
Total	38	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 38 responden

yang diteliti 71,1% atau 27 responden berjenis kelamin perempuan.

Tabel 3 Distribusi Responden Berdasarkan Status Gizi

Status Gizi	Frekuensi	Presentasi (%)
Lebih	20	52,6
Normal	16	42,1
Kurang	2	5,3
Total	38	100

gambaran status gizi yang diperoleh dari hasil penelitian yang disajikan di tabel 3 menunjukkan sebagian responden memiliki gizi lebih yakni 20 responden (52,6%).

Tabel 4 Distribusi Responden Berdasarkan Kadar Asam Urat

Asam Urat	Frekuensi	Presentasi (%)
Tinggi	33	86,8
Normal	5	13,2
Rendah	0	0
Total	38	100

Hasil penelitian yang disajikan pada tabel 4 menunjukkan bahwa responden yang memiliki kadar asam urat tinggi berjumlah 33 responden (86,8).

Tabel 5 Hubungan Status Gizi dengan Kadar Asam Urat pada lansia.

			Correlations	
			Status Gizi	Asam Urat
Spearman's rho	Status Gizi	Correlation	1.000	.481**
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.	.002
		N	38	38
	Asam Urat	Correlation	.481**	1.000
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.002	.
		N	38	38

Tabel diatas merupakan hasil dari analisis penelitian yang dilakukan kepada 38 responden lansia di RW 16 Kelurahan Mangli Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember yang kemudian di lakukan uji statistik *spearman rank* sehingga didapatkan nilai *p value* dari masing-masing variabel. Variabel *p values* tatus gizi sebesar 0,002 dan variabel *p value* asam urat sebesar 0,002, nilai tersebut <0,05 yang artinya H1 diterima atau ada hubungan antara status gizi dengan kadar asam urat pada lansia di RW 16 Kelurahan Mangli Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember dengan keamatan

0,0481 yang artinya tingkat keeratan rendah

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian hubungan status gizi dengan kadar asam urat pada lansia di RW 16 Kelurahan Mangli Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember dengan responden lansia sebanyak 38 didapatkan hasil subjek terbanyak adalah perempuan dengan presentase 71,1% dan laki-laki sebanyak 28,9%. Karakteristik Status gizi terbanyak pada penelitian ini adalah gizi lebih dengan presentase 52,6% dan gizi normal sebanyak 42,1% serta gizi kurang sebanyak 5,3%. Hasil uji korelasi Rank spearman diperoleh nilai *pvalue* atau Sig.(2 tailed) sebesar $p=0,002$ yang berarti H_1 diterima, maka terdapat hubungan antara status gizi dengan kadar asam urat pada lansia di RW 16 Kelurahan Mangli Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember. Adanya hubungan antara status gizi dengan kadar asam urat sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Silviana H dkk (2015) menyatakan bahwa ada hubungan antara status

gizi IMT dengan kadar asam urat dengan nilai $p = 0,000 (< 0,05)$

Peningkatan kadar asam urat disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya yaitu kelebihan berat badan. Hal ini sesuai dengan teori yang diungkapkan oleh Wurangian V,G.N.dkk (2013) bahwa berat badan berlebih merupakan faktor resiko terjadinya lemak pada tubuh sehingga pada orang gemuk lebih banyak memproduksi asam urat. Akan tetapi, pada penelitian ini lansia dengan status gizi normal juga memiliki kadar asam urat tinggi yakni 34,2% (13 responden). Peningkatan kadar asam urat pada lansia dengan status gizi normal bisa disebabkan karena konsumsi makanan yang tinggi purin, selain itu aktivitas yang berlebihan juga dapat memicu kadar asam urat meningkat. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Festy P dkk (2010) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara konsumsi sumber makanan tinggi purin dengan kadar asam urat dalam darah. Selain itu diperkuat dengan teori yang dijelaskan oleh Damayanti (2013) yang menjelaskan bahwa faktor penyebab asam urat dibagi menjadi tiga salah

satunya yakni faktor khusus yang menjelaskan bahwa penyebab asam urat pada lansia disebabkan karena konsumsi karbihidrat yang berlebih, dan makanan yang berprotein tinggi.

Peneliti berpendapat bahwa ada hubungan antara status gizi dengan kadar asam urat pada lansia. Lansia dengan berat badan berlebih beresiko memiliki kadar asam urat yang tinggi tetapi tidak menutup kemungkinan lansia yang memiliki status gizi normal juga terserang penyakit asam urat yang di sebabkan karena terlalu banyak mengkonsumsi makanan yang tinggi purin dan aktivitas yang berlebihan. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Ilmiyati (2017) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara asupan purin, status gizi dengan kadar asam urat dan tidak terdapat hubungan antara asupan Vitamin C dengan kadar asam urat pada lansia di Posyandu Lansia Panjang Yuswo dengan nilai p antara kadar asam urat dengan asupan purin, Vitamin C dan status gizi adalah 0,020; 0,747; 0,000.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan penelitian dan pembahasan mengenai hubungan status gizi dengan kadar asam urat pada lansia di RW 16 Kelurahan Mangli Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Status gizi pada lansia di RW 16 Kelurahan Mangli Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember sebagian besar memiliki statu gizi lebih atau overweight.
2. Kadar asam urat pada lansia di RW 16 Kelurahan Mangli Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember sebagian besar memiliki kadar asam urat meningkat.

Setelah dilakukan penelitian, didapatkan hasil ada hubungan status gizi dengan kadar asam urat pada lansia di RW 16 Kelurahan Mangli Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember dengan p value status gizi sebesar 0,01 dan p value asam urat sebesar 0,01, nilai tersebut $<0,05$ yang artinya H_1 diterima atau ada hubungan antara status gizi dengankadar asam urat.

Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka saran penulis adalah esponden diharapkan mampu mengatur pola makan sehingga terhindar dari status gizi lebih yang dapat menyebabkan kadar asam urat meningkat. Selain itu, aktivitas fisik juga mempengaruhi status gizi seseorang dimana apabila konsumsi makanan lebih dan tidak dimbangi dengan aktivitas yang cukup maka akan menyebabkan kenaikan berat badan sehingga menyebabkan status gizi lebih.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M., & Wirjatmadi, B. (2012). *Perangizi dalam status kehidupan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup.
- Arisman, (2004). *Gizi dalam dasar kehidupan*. Jakarta ECG
- Chandra, Budiman. 2008. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: EGC
- Damayanti, D. 2013. *Sembuh Total Diabetes Asam Urat Hipertensi Tanpa Obat*. Yogyakarta: Pinang Merah Publisher.
- Dewi, S. R. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik (1 ed.)*. Yogyakarta: Grup Penerbitan Cv Budi Utama.
- Fatmah. 2010. *Gizi Usia Lanjut*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Festy, P, dkk. 2010, Hubungan Antara Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Drarah pada wanita Postmenopause di Posyandu
- Herry, (2008). *Hubungan Karakteristik Gaya Hidup dan Asupan Faktor Gizi terhadap Status IMT pada Lansia di 3 Posbindu Kelurahan Rangkapan Jaya Lama Kecamatan Pancoran Mas, Kota Depok*. Depok: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia
- Hidayat, A. (2003). *Riset Keperawatan Dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ilmiyati, L. (2017). Hubungan Asupan Purin, Vitamin C, dan Status Gizi dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia di Posyandu Lansia Pajang Yuswo Kelurahan Pajang Kecamatan Laweyan Kabupaten Surakarta. *Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta* .
- Indaswari, W. (2012). Pola Pengasuh Gizi Lanjut Usia di Puskesmas Lau Kecamatan Marus. *Skripsi FKM UH* .

- Indriawan, (2009). Penyakit asam urat. Jakarta.
- Kementerian Kesehatan RI (2012). *Pedoman Pelayanan Gizi Lanjut Usia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Miller, Carol A. (2004). *Nursing for wellnes in older adults: theory and pratice*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkin
- Napitupulu, Halasan. (2000). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Lanjut Usia DI Kota Bengkulu*. Depok: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia
- Notoatmodjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nursalam. (2003). *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Oktariyani. (Juli, 2012). Gambaran Status gizi pada lanjut usia di panti sosial Tresna Werda (PSTW) Budi Mulya 01 dan 03 Jakarta Timur. Di peroleh tanggal 16 Mei 2018 dari <http://www.lontar.ui.ac.id/file?file=digital/20301303-S42017-Oktaryani.pdf>
- Oktavina J. Lumunon, H. B. (2015). Hubungan Status Gizi dengan Gout Arthritis pada Lanjut Usia di Puskesmas Wawonasa Manado. *E-journal Keperawatan (e-Kp)* .
- Padila. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Pratiwi, V. F. 2013. Gambaran Kejadian Asam Urat (Gout) Berdasarkan Kegemukan dan Konsumsi Makanan (Studi di Wilayah Kerja Puskesmas Kalisat Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember). Tidak Diterbitkan. Skripsi. Jember: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember.
- Saraswati, S. (2009). *Diet Sehat Untuk Penyakit Asam Urat, Diabetes, Hipertensi, Stroke*. Jogjakarta: A* Plus Books.
- Silviana, H. (2015). *Hubungan Status Gizi, Asupan Bahan Makan Sumber Purin dengan Kadar Asam Urat pada Pasien Hiperuresemia Rawat Jalan di Rumah Sakit Tugurejo Semarang*. Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Semarang .
- Sosotroasmoro, dan Ismael. 2008. *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Edisi ke 3. Jakarta: Sugeng Seto.
- Suadirman, S. P. (2011). *Psikologi Usia Lanjut*. Yogyakarta: Gadjamada University Press.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sylvia, Anderson, dkk, (2006). *Patofisiologi konsep klinis*

proses-proses penyakit.ECG.
Jakarta

Tanaya. (1999). *Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Lnajut Usia Binaan Puskesmas di Jakarta Barat Tahun1997*. [Tesis]. Depok: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia

Tjokroprawiro, Askandar. 2007. Ilmu Penyakit Dalam. Surabaya: Airlangga University Press

Utami, Prapti, dkk, (2016). Solusi sehat asam urat dan rematik. Penebus Swadaya. Jakarta.

Wurangian, V.G.N, dkk., 2013. Gambaran Asam Urat Pada Remaja Obes di Kabupaten Minahasa, Manado, Universitas Sam Ratulangi Manado

