

GAMBARAN FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN GOUT ARTHRITIS PADA LANSIA DI PUSKESMAS GATAK KABUPATEN SUKOHARJO

Irvan Kurniawan; Wachidah Yuniartika
Prodi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstrak

Gout Arthritis menjadi salah satu penyakit yang banyak dialami oleh lansia. Gejala penyakit Gout Arthritis umumnya ditandai dengan timbulnya rasa nyeri dengan waktu yang berulang. Hal tersebut dikarenakan kristal monosodium urat yang telah mengendap pada sendi yang diakibatkan oleh tingginya kadar asam urat yang terlalu tinggi di dalam darah. Penyakit ini dapat dipengaruhi beberapa faktor antara lain pola makan, status obesitas, usia dan jenis kelamin. Penelitian bertujuan untuk mengetahui gambaran faktor yang mempengaruhi kejadian gout arthritis pada lansia di Puskesmas Gatak. Penelitian ini merupakan penelitian observasional deskriptif dengan pendekatan survey. Teknik sampling yang digunakan adalah total sampling. Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 30 penderita gout arthritis. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi dan kuesioner pola makan yang sudah valid dan reliabel. Analisa data menggunakan analisis univariat dalam bentuk frekuensi dan presentase. Hasil penelitian diketahui responden merupakan lansia dengan mayoritas berpendidikan SMP, ibu rumah tangga dan berstatus menikah. Gambaran faktor yang mempengaruhi kejadian gout arthritis lansia pasien di Puskesmas Gatak dengan gout arthritis dengan sampel 30 orang yang berusia 60-74 tahun, berjenis kelamin perempuan sebanyak 23 orang, mempunyai status obesitas sebanyak 18 orang dan mempunyai pola makan tidak seimbang sebanyak 23 orang. Simpulan penelitian adalah lansia dengan gout arthritis adalah lansia dengan usia 60-74 tahun, mayoritas lansia yang menderita gout arthritis berjenis kelamin perempuan, mempunyai status obesitas dan mempunyai pola makan tidak seimbang. Saran dari penelitian ini diharapkan lansia dapat menjaga pola makan lebih baik terutama makan asupan rendah purin, olahraga secara teratur, menjaga berat badan agar tetap ideal. Sehingga dapat meminimalisir terjadinya gout arthritis.

Kata Kunci: gout arthritis, usia, jenis kelamin, pola makan, status obesitas

Abstract

Gout Arthritis is one of the diseases that many people experience by the elderly. Symptoms of gout arthritis are generally characterized by recurring pain. This is due to monosodium crystals that have deposited in the joints. This disease can be influenced by several factors including diet, obesity status, age and gender. The study aims to determine the description of factors that affect the incidence of gout arthritis in the elderly at the Gatak Health Center. The research is descriptive observational with a survey approach. Samples were taken 30 elderly patients who had been treated at the Gatak District Health Center. The sampling technique uses total sampling. The research instrument uses sheets and dietary questionnaires that are valid and reliable. Data analysis uses univariate analysis in the form of frequency and percentage. The results of the study were known respondents were elderly with the majority having a junior high school education, housewives and married status. Description of factors affecting the incidence of elderly gout arthritis patients at the Gatak District Health Center with gout arthritis with a sample of 30 people, it is known that the aged 60-74 years, female 23 people, have obesity status as 18 people and have a bad diet as 23 people. The conclusion of the study is that elderly patients with gout arthritis are elderly with the age of 60-74 years, female, have obese status and have a bad diet. Suggestions from this study are expected that the elderly can maintain a better diet, especially eating low purine intake, exercising regularly, maintaining ideal body weight. So, it can minimize the occurrence of gout arthritis.

Keywords: gout arthritis, age, gender, diet, obesity status

1. PENDAHULUAN

Lanjut usia adalah sebuah fase dimana pada umumnya manusia akan semakin berkurang sistem kekebalan tubuh yang menyebabkan terjadinya gangguan kesehatan sehingga dapat mengakibatkan berkurangnya fungsi kerja organ tubuh, seperti otot, jantung, otak, hati, dan sebagainya. (Almatsier, 2011).

Gout Arthritis merupakan salah satu dari beberapa gangguan kesehatan yang terjadi dan diderita pada usia lansia. Gejala penyakit Gout Arthritis umumnya ditandai dengan timbulnya rasa nyeri dengan waktu yang berulang. Hal tersebut dikarenakan kristal monosodium urat yang telah mengendap pada sendi yang diakibatkan oleh tingginya kadar asam urat yang terlalu tinggi didalam darah. (Winarsih & Sani, 2010)

Penyakit ini sangat dipengaruhi dan bersangkutan erat dengan beberapa faktor antara lain yaitu pola makan, Indeks Masa Tubuh, usia dan jenis kelamin. Kebanyakan penderita gout arthritis mempunyai kebiasaan atau pola makan yang kurang seimbang. Penderita gout arthritis yang usia lanjut khususnya harus mengurangi konsumsi makanan yang mengandung purin tinggi, hal tersebut dikarenakan dapat memicu terjadinya gout. (Sutiono & Hatmanti, 2018). Kurangnya pengetahuan juga menjadi salah satu faktor penyebab yang dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya gout arthritis. (Ardani & Yuniartika, 2024).

Gout arthritis adalah salah satu gangguan/penyakit radang sendi yang ditandai dengan munculnya rasa nyeri dikarenakan adanya peningkatan kadar asam urat dalam tubuh. Gout arthritis (asam urat) merupakan gangguan penyakit sendi yang dapat diderita selama bertahun-tahun bahkan bisa seumur hidup. Normalnya kadar asam urat pada pria yaitu 3,4–7 mg/dl, lain halnya kadar asam urat pada wanita yaitu berkisar antara 2,4–5,7 mg/dl. (Dungga, 2022)

2. METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian observasional deskriptif dengan pendekatan survey. penelitian yang mempunyai tujuan untuk mendapatkan gambaran dan juga mendeskripsikan fenomena yang ditemukan. Pendekatan survey merupakan kegiatan penelitian yang mana pengumpulan data dilakukan pada suatu populasi (*whole sample*) di wilayah tertentu pada waktu tertentu (Sugiyono, 2019).

Dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui gambaran faktor yang mempengaruhi kejadian gout arthritis pada lansia disajikan dalam bentuk analisis univariat yang memuat frekuensi dan presentase setiap variabel penelitian. Teknik sampel dalam penelitian ini adalah 30 lansia di Puskesmas Gatak Kabupaten Sukoharjo dengan menggunakan total sampling yaitu menggunakan seluruh populasi sebagai sampel yang sesuai dengan kriteria. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan lembar observasi, kuisioner pola makan dan pengukuran IMT. Kriteria inklusi :

1. Lansia dengan Gout Arthtitis
2. Lansia berumur ≥ 60 tahun
3. Lansia yang bersedia menjadi responden

Tahapan pelaksanaan penelitian yaitu peneliti mendatangi puskesmas dan mendatangi warga yang datang ke puskesmas untuk mendapatkan data dalam bentuk kuisioner, sebelum

dilakukan penelitian, peneliti melakukan persamaan persepsi dengan asisten peneliti. Kemudian memberikan penjelasan tentang maksud dan tujuan penelitian kepada responden. Setelah itu memberikan informed consent, dilanjutkan dengan pembagian kuisioner. Setelah data terkumpul hasil yang didapat akan dilakukan pengolahan data.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data karakteristik responden, terdapat informasi mengenai karakteristik pendidikan, pekerjaan dan status pernikahan. Dari 30 responden didapatkan data bahwa sebanyak 30 orang lansia, dimana menurut pendidikan diketahui lansia berpendidikan akhir SD berjumlah 10 orang (33,3%), berpendidikan SMP berjumlah 18 orang (60,0%) dan berpendidikan SMA berjumlah 2 orang (6,7%). Sehingga bisa disimpulkan mayoritas sampel lansia berpendidikan SMP. Dari 30 sampel lansia yang menjadi pasien di Puskesmas Gatak apabila dilihat berdasarkan pekerjaan secara menyeluruh, sampel yang tidak bekerja atau sebagai IRT berjumlah 18 orang (60,0%), bekerja wiraswasta dan buruh masing-masing berjumlah 6 orang (20,0%). Bisa disimpulkan bahwa mayoritas sampel lansia sebagai ibu rumah tangga. Dari 30 responden didapatkan hasil bahwa mayoritas lansia berstatus menikah sebanyak 26 orang (86,7%) dan paling sedikit berstatus janda/duda sebanyak 4 orang (13,3%).

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Keterangan	Frekuensi	Persentase	
1.	Status Pernikahan	Menikah	26	86,7%
		Janda/duda	4	13,3%
		Total	30	100%
		<hr/>		
2.	Pendidikan	SD	10	33,3%
		SMP	18	60,0%
		SMA	2	6,7%
		Total	30	100%
		<hr/>		
3.	Pekerjaan	IRT	18	60,0%
		Wiraswasta	6	20,0%
		Buruh	6	20,0%
		Total	30	100%
		<hr/>		

Berdasarkan data yang dipaparkan pada tabel 2 diketahui total 30 orang lansia yang dijadikan sampel penelitian, sebanyak 30 orang (100%) berusia 60-74 tahun. Sehingga dapat disimpulkan bahwa semua lansia sampel penelitian berusia 60-74 tahun. Berdasarkan jenis

kelamin diketahui lansia dengan jenis kelamin laki- laki sejumlah 7 orang (23,3%) lebih sedikit jumlahnya dibanding lansia dengan jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 23 orang (76,7%). Berdasarkan status obesitas diketahui lansia yang mempunyai berat badan ideal sebanyak 12 orang (40%) lebih sedikit dibandingkan lansia yang termasuk obesitas sebanyak 18 orang (60%). Dari total 30 sampel penelitian diketahui pola makan lansia yang mempunyai pola makan seimbang sejumlah 7 orang (23,3%) lebih sedikit dibandingkan pola makan tidak seimbang yaitu sejumlah 23 orang (76,7%).

Tabel 2. Distribusi Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Gout Arthritis

No	Keterangan		Frekuensi	Persentase
1.	Usia	60-74 tahun	30	100%
		Total	30	100%
2.	Jenis Kelamin	Laki-laki	7	23,3%
		Perempuan	23	76,7%
		Total	30	100%
3.	Status Obesitas	BB Ideal	12	40,0%
		Obesitas	18	60,0%
		Total	30	100%
4.	Pola Makan	Seimbang	7	23,3%
		Tidak Seimbang	23	76,7%
		Total	30	100%

Hasil analisis dari tabel 2 mengenai usia, seluruh responden yang menjadi sampel semuanya berumur ≥ 60 tahun. Hal tersebut sependapat dengan Harlina dkk (2020), yaitu orang yang sudah berumur ≥ 60 tahun lebih berisiko menderita penyakit gout arthritis dikarenakan penurunan sistem kerja tubuh yang tidak normal lagi, seperti ginjal yang sudah tidak maksimal dalam melakukan sekresi asam urat yang berlebihan.

Hasil analisis dari tabel 2 mengenai jenis kelamin, sebanyak 76,7% responden adalah perempuan dan 23,3% laki-laki. Menurut Nasir (2017) perempuan memiliki hormon estrogen yang berfungsi sebagai penurun risiko kadar asam urat, seiring bertambahnya usia dan apabila sudah mengalami fase menopause hormon estrogen akan berkurang sehingga fungsinya sudah tidak normal lagi sebagai hormon yang membantu sekresi asam urat.

Kadar asam urat pada laki-laki meningkat selama masa pubertas hingga dewasa, namun pada wanita pasca menopause memiliki risiko yang lebih tinggi terkena gout arthritis

dikarenakan penurunan hormon estrogen, dimana fungsi hormon tersebut adalah untuk membantu sekresi asam urat. (Desverisca dkk, 2019)

Hasil analisis dari tabel 2 mengenai status obesitas, sebanyak 60,0% responden mengalami obesitas dan 40,0% mempunyai berat badan ideal. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Bulu (2019) yang mengatakan bahwa mayoritas penderita gout arthritis mempunyai berat badan berlebih bahkan obesitas. Orang yang mempunyai berat badan berlebih cenderung mempunyai kadar asam urat yang tinggi, dikarenakan orang yang mengalami obesitas mempunyai kadar leptin yang tinggi dimana fungsi dari leptin adalah meregulasi kadar asam urat dalam darah.

Hasil analisis dari tabel 2 mengenai pola makan, sebanyak 76,7% responden mempunyai pola makan yang tidak teratur seperti mengkonsumsi jeroan dan kacang-kacangan atau makanan yang mengandung tinggi purin. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Dungga (2022) mengatakan bahwa ketika mengkonsumsi makanan yang mengandung purin tinggi terjadi penguraian asam nukleat akan dilepaskan dan dipecah menjadi purin dan pirimidin kemudian ditahap akhir dari penguraian purin, enzim xantinoksidase akan membentuk asam urat.

Begitu juga dengan pendapat Ridhoputrie dkk (2019) bahwa lansia yang mempunyai pola makan tidak seimbang atau sering mengkonsumsi kandungan purin dalam jumlah banyak, tidak bisa mengontrol asupan gizi akan berisiko meningkatnya kadar asam urat.

4. PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran faktor yang mempengaruhi kejadian gout arthritis di Puskesmas Gatak Kabupaten Sukoharjo dapat diambil kesimpulan untuk jenis kelamin penderita gout arthritis mayoritas berjenis kelamin perempuan. Umur penderita gout arthritis mayoritas adalah berumur 60-74 tahun. Status obesitas penderita gout arthritis mayoritas mempunyai berat badan berlebih. Pola makan lansia yang menderita gout arthritis mayoritas mempunyai asupan gizi yang tidak seimbang atau mengkonsumsi makanan yang mengandung tinggi purin. Pendidikan terakhir dari lansia penderita gout arthritis di Puskesmas Gatak Kabupaten Sukoharjo mayoritas berpendidikan SMP. Pekerjaan penderita gout arthritis mayoritas sebagai ibu rumah tangga. Status pernikahan penderita gout arthritis mayoritas menikah.

Faktor yang mempengaruhi kejadian gout arthritis didapat faktor tertinggi yang menyebabkan terjadinya gout arthritis di Puskesmas Gatak Kabupaten Sukoharjo adalah yang

pertama faktor usia, yang kedua faktor pola makan atau asupan gizi, dan yang ketiga adalah faktor obesitas. Saran dari penelitian ini yaitu (1) Meningkatkan pengetahuan dengan berbagai cara untuk mendapatkan suatu informasi mengenai penyakit gout arthritis supaya mampu melakukan pencegahan penyakit gout arthritis, serta mengupayakan peningkatan pola hidup sehat yang lebih sehingga tidak mudah terserang penyakit, terutama untuk lansia yang sudah mengalami penurunan fungsi tubuh. (2) Perlu untuk dilakukan petugas Puskesmas Gatak dalam memberikan informasi mengenai penyakit ini, meliputi pencegahan, faktor penyebab, akibatnya, dan lainnya

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, Sunita. 2011. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Ardani, D. K., & Yuniartika, W. (2024). Impact of an educational pain management programme on patients dealing with gout. *Malahayati International Journal of Nursing and Health Science*, 7(3), 260-266.
- Bulu, Irene Clemensia. (2019). Hubungan Antara Usia, Jenis Kelamin Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Kadar Asam Urat Masyarakat Di RT 39 RW 12 Kelurahan Fatululi Tahun 2019. *Karya Tulis Ilmiah*. Program Studi Analisis Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang.
- Desverisca, Lawva, Darwin Karim &, Rismadefi Woferst. (2019). Gambaran Karakteristik Pasien Dengan Gout Arthritis. *JOM FKp* Vol. 6 No. 1 (Januari-Juni) 2019: 244-253.
- Dungga, Elvie Febriani. (2022). Pola Makan dan Hubungannya Terhadap Kadar Asam Urat. *Jembura Nourising Journal* Vol. 4, No. 1, January 2022: 715.
- Harlina, Rokhimah Puji, M. Zainul Arifin, & Anita Rahmawati. (2020). Gambaran Kadar Asam Urat Pada Lansia (Studi di Puskesmas Maospati, Kab. Magetan). *Artikel Penelitian KTI*. STIKes Insan Cendekia Medika Jombang.
- Nasir, Muhammad. (2017). Gambaran Asam Urat Pada Lansia Di Wilayah Kampung Selayar Kota Makassar. *Jurnal Media Analisis Kesehatan*, Vol. 8, No.2, November 2017: 78-82
- Novianti, Anugrah, Eriliyabuduni Ulfi & Lilik Sri Hartati. (2019). Hubungan jenis kelamin, status gizi, konsumsi susu dan olahannya dengan kadar asam urat pada lansia. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 7 (2), 2019: 133-137.
- Ridhoputrie, Mutiara, Dewi Karita, M Fadhool Romdhoni, & Anis Kusumawati. (2019). Hubungan Pola Makan Dan Gaya Hidup Dengan Kadar Asam Urat Pralansia Dan Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas I Kembaran, Banyumas, Jawa Tengah. *Herb-Medicine Journal* Volume 2, Nomor 1, April 2019: 43-50.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Susanto. (2008). *Penanggulangan penyakit arthritis*. Salemba Medika: Jakarta.
- Sutiono M. Didit & Nety Mawarda Hatmanti. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan

Diet Asam Urat Pada Lansia Di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Wonokromo Surabaya. *Jurnalilmiah Keperawatan (JIKep)* Vol. 4 No. 2 (2018) September 2018: 125-132. ,177(9), 2042-205

Winarsih, & Sani, A. T. (2010). Perbedaan Efektifitas Kompres Hangat Dan Kompres Dingin Terhadap Skala Nyeri Pada Klien Gout Di Wilayah Kerja Puskesmas Batang Iii Kabupaten Batang. Skripsi. Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Pekajangan.

