

## FAKTOR RISIKO YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN ASAM URAT PADA LANSIA

Nofi Susanti<sup>1</sup>, Sayyidati Zahira<sup>2</sup>, Mutiara Lathifah Izzati<sup>3</sup>, Lia Listiani<sup>4</sup>  
[nofisusanti@uinsu.ac.id](mailto:nofisusanti@uinsu.ac.id)<sup>1</sup>, [sayyidatii.zahiraa125@gmail.com](mailto:sayyidatii.zahiraa125@gmail.com)<sup>2</sup>, [mutiaralathifah4@gmail.com](mailto:mutiaralathifah4@gmail.com)<sup>3</sup>,  
[lialistiani087@gmail.com](mailto:lialistiani087@gmail.com)<sup>4</sup>

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

### ABSTRAK

Asam urat atau gout arthritis merupakan jenis dari beberapa hal atau satu masalah kesehatan yang semakin meningkat prevalensinya, condong pada kelompok lansia. Faktor-faktor seperti obesitas, riwayat dalam keluarga dengan asam urat, dan pengetahuan yang terbatas tentang faktor risiko dan makanan yang tinggi purin menjadi perhatian utama dalam penelitian ini. Metode yang diterapkan adalah pendekatan dalam bidang itu mengambil dari sampel lansia yang terkena asam urat. Data dikumpulkan melalui wawancara dan pemeriksaan IMT, kemudian dianalisis dengan uji statistik korelasi Pearson dan regresi dalam logistik. Dimana hasil dalam penelitian menunjukkan adanya signifikan obesitas, dengan asam urat, pengetahuan yang terbatas tentang faktor risiko, dan makanan tinggi. Kesimpulannya, upaya pencegahan dan intervensi yang lebih intensif terhadap faktor-faktor risiko tersebut diperlukan untuk mengurangi kejadian asam urat pada lansia dimana terkena asam urat saja.

**Kata Kunci:** Asam urat, Gout arthritis, Lansia.

### PENDAHULUAN

Lansia, sebagai kelompok umur yang rentan terhadap berbagai penyakit akibat menurunnya fungsi tubuh akibat penuaan, mulai menunjukkan tanda-tanda proses penuaan pada sekitar usia 45 tahun, yang kemudian dapat menimbulkan gangguan kesehatan yang lebih serius pada usia 60 tahun (Anwar & Yulia, 2020). Orang lanjut usia yang mengalami penurunan fungsi tubuh menjadi lebih rentan terserang berbagai penyakit (Wilda, 2020), salah satunya dalam dunia permedisan dikenal dengan istilah gout arthritis. Sebab ini takaran tingginya. Meskipun jumlah lansia yang gout atau penyakit ini semakin meningkat secara global, termasuk di negara berkembang seperti Indonesia (WHO, 2017), namun dampak dan penyakit ini diuji.

Organisasi WHO menyatakan Penyakit gout arthritis di dunia mencapai 34,2%. Di Indonesia, prevalensi penyakit sendi secara umum telah mencapai 7,3%, dan prevalensi penyakit gout atau arthritis gout mengalami peningkatan, dengan angka prevalensi sebesar 11,9% berdasarkan diagnosis dari petugas kesehatan dan 24,7% berdasarkan gejala. Prevalensi tertinggi terjadi pada lansia berusia  $\geq 75$  tahun sebanyak 18,9%, dalam pada perempuan sekitar (8,5%) dibanding pria sekitaran (6,1%) (Risesdas, 2018). Di Provinsi Bengkulu, prevalensi penyakit sendi mencapai 9,85% (Kementerian Kesehatan RI, 2018), dengan sekitar 8.394 orang di Provinsi Bengkulu mengalami radang sendi (Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu, 2017).

Arthritis gout atau asam urat ditandai dengan keluhan nyeri, dalam gangguan pada kaki, penyulitan dalam jalan, aktivitas dalam setiap hari akibat peradangan akibat timbunan kristal dalam asam urat pada bilik sendi. Jika dilakukan dengan tidak ditangani dengan baik, penyakit ini dapat menyebabkan kecacatan, kelainan bentuk tubuh, stres, penurunan dalam kualitas hidup, dan komplikasi serius seperti gangguan dalam ginjal dan jantung, bahkan kematian (Choi, 2010 dalam Afnuhazi, R, 2019).

Faktor dalam risiko yang dapat menyebabkan dalam seseorang terkena penyakit asam urat di dalam lain faktor usia, asupan dalam, makan dalam minuman keras berlebihan, berat badan berlebihan, riwayat sakit organ jantung, penggunaan suplemen tertentu seperti diuretik, dan didalam gangguan fungsional. ginjal (Sholiha F.M., 2014).

Pengetahuan tentang faktor risiko, gejala, jenis makanan, dan cara pengobatan juga berperan penting dalam mencegah dan mengobati penyakit asam urat (Yulistianingsih, dkk, 2022). Penelitian Susi Yulistianingsih, dkk (2022) adanya hubungan antara pengetahuan gizi dengan dalam kejadian penyakit asam urat. Obesitas yaitu kelebihan berat badan akibat penimbunan lemak dalam tubuh juga telah diidentifikasi sebagai faktor risiko utama terjadinya penyakit asam urat (Widarti & dkk, 2018). Analisis bivariat Andi Mauliyana (2020) menunjukkan bahwa obesitas mempunyai risiko 2.281 kali lebih tinggi terkena penyakit asam urat.

Data lansia yang terkena asam urat menunjukkan adanya perubahan peningkatan jumlah penderita dalam asam urat dari tahun ke tahun, dengan banyaknya lansia yang didalam menderita asam urat yang memiliki riwayat keluarga yang sama (tahun 2021: 82 orang, tahun 2022: 115 orang). Hasil survei pada tahun 2023 menunjukkan bahwa sebagian besar lansia yang mengunjungi lansia terkena penyakit asam urat, namun memiliki pengetahuan yang terbatas tentang penyebab, faktor risiko, dan makanan tinggi purin.

Hal ini disebabkan oleh kurangnya pemahaman lansia mengenai faktor-faktor yang berperan dalam terjadinya penyakit asam urat, serta tingginya angka kejadian penyakit ini di daerah tersebut.

Jangka dalam massa tubuh ialah pengukuran pengganti yang dipakai untuk ditentukan lebih atau kekurangan bobot tubuh dalam orang dewasa. menyebabkan karena sulitnya mengukur lemak secara langsung.<sup>5</sup>

Macam-macam sumber sudah diteliti dikerjakan untuk mengidentifikasi apakah BMI kelebihan berat badan merupakan faktor risiko hiperurisemia. Penelitian terhadap pasien dengan BMI kelebihan berat badan dalam range umur 60 tahun. Penelitian terhadap sekitar 661 sampel berusia di atas sekitaran 90 tahun

Penyebab di utama naiknya kadar asam urat di darah bisa dipicu oleh beberapa faktor. Nyeri hebat pada persendian yang dirasakan berulang kali memang sangat mengganggu penderitanya. Dampak penyakit asam urat dalam tidak ditangani dengan baik dapat menimbulkan perubahan dalam komplikasi organ tubuh, penyakit jantung, diabetes melitus, stroke, osteoporosis, dan kelainan bentuk tulang.

Kelompok umur yang rentan terkena penyakit asam urat adalah kelompok umur di atas 60 tahun atau lanjut usia. Penyakit pada lansia berasal di dalam tubuh (endogen). Hal ini dikarenakan pada orang tua telah dilakukan terjadi penurunan fungsi beberapa organ tubuh akibat rusaknya sel-sel akibat proses bertambahnya usia.

produksi hormon, enzim dan zat yang dibutuhkan untuk kekebalan tubuh bisa berkurang. Kadar asam urat tinggi yang bertahan dalam jangka waktu lama berpotensi menimbulkan komplikasi pada ginjal. Berbagai penyakit dapat menyebabkan oleh kadar asam urat yang tinggi. Beberapa alur yang dapat dilakukan untuk mencegah penyakit dalam asam urat antara lain mencegah makanan dengan kandungan purin dimana tinggi, minum cukup air, mengurangi konsumsi lemak, mempraktekan pola dalam hidup sehat, dan menjalani pola hidup sehat.

## METODOLOGI PENELITIAN

Sumber menunjukkan menggunakan pendekatan deskriptif analitis dengan dalam desain pada pembelajaran. Populasi didalam sumber ini adalah orang tua menderita asam urat mengalami masalah asam urat. Sampel dipilih secara purposif dengan kriteria inklusi pada lansia berumur 60 tahun keatas yang bahwa mempunyai riwayat keluarga penyakit asam urat dan memiliki indeks massa tubuh (BMI) di atas normal.

Pengumpulan dilakukan melalui wawancara menggunakan kuesioner terstruktur untuk memperoleh informasi mengenai pengetahuan, faktor genetik, dan obesitas yang berhubungan dengan kejadian asam urat. Selain itu, pemeriksaan BMI juga dilakukan untuk mengukur status obesitas pada sampel.

Analisis data dilakukan dengan uji statistik seperti korelasi Pearson dalam mengetahui hubungan dalam IMT dengan kadar asam urat, serta uji regresi logistik untuk menilai pengaruh faktor dan risiko terhadap kejadian asam urat pada lansia.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

		Statistics						
		APAKAH_A NDA_PERN AH_MEMILI KL_RIWAYA T_ASAM_U RAT	APAKAH_A NDA_MENG ONSUMSI_ OBAT_PER EDA_ASAM _URAT	APAKAH _ANDA_ MINUM_ AIR_PUT IH_2L_S EHARI	APAKAH_A NDA_RUTI N_MENGE CEK_KADA R_ASAM_U RAT	SUDAH_BER APA_LAMA_ ANDA_MENG ONSUMSI_O BAT_ASAM_ URAT	APAKAH_AN DA_MENGAT UR_POLA_M AKAN_KADA R_PURIN_TI NGGI	APAKAH _ANDA_ RUTIN_M ELAKUK AN_OLA HRAGA
N V a l i d  M i s s i n g	28	28	28	28	28	28	28	
	0	0	0	0	0	0	0	

### APAKAH\_ANDA\_PERNAH\_MEMILIKI\_RIWAYAT\_ASAM\_URAT

		Frekuensi	Percentasi	Valid Percentasi	Cumulative Percentasi
Valid	1	28	100.0	100.0	100.0

### APAKAH\_ANDA\_MENGONSUMSI\_OBAT\_PEREDA\_ASAM\_URAT

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	2	7.1	7.1	7.1
	2	26	92.9	92.9	100.0
	Total	28	100.0	100.0	

### APAKAH\_ANDA\_MINUM\_AIR\_PUTIH\_2L\_SEHARI

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	22	78.6	78.6	78.6
	2	6	21.4	21.4	100.0
	Total	28	100.0	100.0	

**APAKAH ANDA RUTIN MENGECEK KADAR ASAM URAT**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	7	25,0	25,0	25,0
	2	21	75,0	75,0	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

**SUDAH BERAPA LAMA ANDA MENGONSUMSI OBAT ASAM URAT**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	14	50,0	50,0	50,0
	2	14	50,0	50,0	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

**APAKAH ANDA MENGATUR POLA MAKAN KADAR PURIN TINGGI**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	17	60,7	60,7	60,7
	2	11	39,3	39,3	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

**APAKAH ANDA RUTIN MELAKUKAN OLAHRAGA**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	8	28,6	28,6	28,6
	2	15	53,6	53,6	82,1
	3	5	17,9	17,9	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

## 1. PERNAH PUNYA RIWAYAT Asam Urat :

Seluruh responden (100%) mempunyai riwayat penyakit asam urat. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh responden pada survei ini merupakan individu yang pernah atau sedang mengalami masalah asam urat.

## 2. APAKAH ANDA MENGAMBIL OBAT PENURUN Asam Urat :

2 responden (7,1%) tidak mengonsumsi obat penurun asam urat, sedangkan 26 responden (92,9%) mengonsumsi obat penurun asam urat. Mayoritas responden menggunakan obat-obatan untuk mengatasi masalah asam uratnya.

## 3. APAKAH ANDA MINUM AIR 2L SEHARI:

22 responden (78,6%) rajin konsumsi air mineral minimum 2 liter perhari, sedangkan 6 responden (21,4%) tidak. Mayoritas responden menunjukkan kesadaran akan pentingnya hidrasi dalam pengelolaan asam urat.

## 4. RUTIN PERIKSA KADAR ASAM URAT

7 responden (25%) rutin memeriksa kadar asam urat, sedangkan 21 responden (75%) tidak. Sebagian besar responden tidak memeriksakan kadar asam uratnya secara teratur, sehingga hal ini dapat menjadi bahan perbaikan dalam manajemen kesehatan mereka.

## 5. BERAPA LAMA MENGAMBIL OBAT Asam Urat :

Pembagian yang sama terjadi antara responden yang meminum obat asam urat didalam jangka pendek dan jangka dalam panjang, masing-masing 14 orang (50%). Hal ini menunjukkan adanya variasi durasi penggunaan narkoba di kalangan responden.

6. APAKAH ANDA MELAKUKAN DIET DENGAN KANDUNGAN PURIN TINGGI 17 responden (60,7%) menyesuaikan pola makannya dengan menghindari makanan dengan kadar purin tinggi, sedangkan 11 responden (39,3%) tidak. Mayoritas responden memperhatikan pola makannya sebagai bagian dari penanganan asam urat.
7. APAKAH ANDA SECARA TERATUR:  
8 responder (28,6%) rutin berolahraga, 15 responder (53,6%) kadang-kadang berolahraga, dan 5 responden (17,9%) tidak berolahraga sama sekali. Hal ini menunjukkan lebih dari separuh responden melakukan aktivitas fisik meskipun tidak rutin.

## **KESIMPULAN**

Data diatas dapat disimpulkan bahwa mayoritas dalam responden yang memiliki riwayat penyakit asam urat cenderung minum obat dan minum air putih yang cukup. Namun, ada beberapa hal yang bisa diperbaiki, seperti memeriksa kadar asam urat lebih rutin dan meningkatkan frekuensi olahraga. Selain itu, sebagian besar responden juga menunjukkan kesadaran dalam mengatur pola makan dengan menghindari makanan dengan kadar purin tinggi yang penting dalam penanganan asam urat.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Alya Dina Aulia Lubis, Ira Cinta Lestari, 2020, Perbedaan Kadar Asam Urat Pada Lansia Den Asam Urat Pada Lansia Di Puskesmas Retak Mudik Kabupaten Muko-Muko Tahun 2023, Jurnal Kesehatan Masyarakat, Keperawatan, Kebidanan, Kesehatan Ibu Dan Anak, Volume 1 Nomor 2 | September - Desember 2023
- de Alifariki, Arimaswati, Andi Noor Kholidha, Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat Desa Andepali Kecamatan Sampara Kabupaten Konawe, 2020, Journalofcommunityengagementinhealth, Vol.3No.1.March2020.Page .60-66
- gan Indeks Massa Tubuh Normal Dan Overweight, Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis, Volume 9 No. 1 Tahun 2020
- I Putu Sudayasa Muhammad Fathur Rahman, Amiruddin Eso , Jamaluddin, Parawansah, La O m Urat ada Orang Dewasa di Oesapa Timur, Nursing Inside Community, Volume 2 Nomor 3 Agustus 2020
- Muhamat Efendi1 , wiwiek Natalya, An Overview Of Uric Acid Levels In The Elderly In Ririn Listiani, Hasanudin Nuru, Wulandari, 2023, Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Rowoyoso Village, Pekalongan Regency, The 16th University Research Colloquium 2022, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.
- Welmy Indaputri Leokuna, Evelin Malinti, Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Kadar Asa