

Pengaruh Aktivitas Fisik Dengan Peningkatan Kadar Asam Urat Dalam Darah Pada Lansia Di RSUD Labuang Baji Sul-Sel

Nurambiya, Nathalia Hunyang

¹Program Studi Ilmu Keperawatan, Stikes Gunungsari Makassar

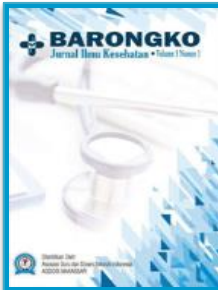
Abstract

One factor that can influence uric acid levels is physical activity. The activities a person does are related to the level of uric acid in the blood. Physical activity such as exercise or physical movement such as housework will reduce uric acid excretion and increase lactic acid production in the body. The aim of this study was to determine the effect of physical activity on increasing uric acid levels in the blood in elderly patients at Labuang Baji Hospital, Sul-sel. The method used is quantitative with a descriptive research design using a cross sectional approach. To determine the relationship between the independent variable and the dependent variable using joint measurements, the population was 34 people. The sample taken for this study used a total sampling technique so that the results were 34 respondents. The data measurement tool used a questionnaire. The results of research carried out in August 2023 at Labuang Baji Regional Hospital, it can be concluded that there is a relationship between physical activity and uric acid levels in the blood in elderly patients at Labuang Baji Regional Hospital with a p value = (0.036 <0.05). Conclusion From this research, there is a relationship between physical activity and increased uric acid levels in the blood in the elderly at Labuang Baji Regional Hospital, South Sulawesi.

Keywords: Physical Activity, Gout, Elderly

Abstrak

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kadar asam urat adalah aktivitas fisik. Aktivitas yang dilakukan seseorang berkaitan dengan kadar asam urat yang terdapat dalam darah. Aktifitas fisik seperti olahraga atau gerakan fisik seperti pekerjaan rumah tangga akan menurunkan ekskresi asam urat dan meningkatkan produksi asam laktat dalam tubuh. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui adanya pengaruh aktivitas



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

fisik dengan peningkatan kadar asam urat dalam darah pada pasien lansia di RSUD Labuang baji sul-sel. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain penelitian *deskriptif* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Untuk menentukan hubungan antara variabel independen dan variabel dependen dengan menggunakan pengukuran secara bersama, jumlah populasi 34 orang, pengambilan sampel penelitian ini menggunakan tehnik *total sampling* sehingga di dapatkan hasil 34 responden, alat ukur pengukuran data menggunakan kuesioner. Hasil penelitian yang telah dilaksanakan pada bulan Agustus 2023 di RSUD Labuang baji, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kadar asam urat dalam darah pada pasien lansia di RSUD Labuang baji dengan nilai $p \text{ value} = (0,036 < 0,05)$. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan peningkatan kadar asam urat dalam darah pada lansia di RSUD Labuang baji Sul-Sel.

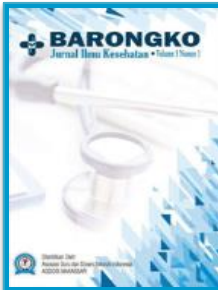
Kata Kunci: Aktivitas Fisik, Asam Urat, Lansia

*Penulis Korespondensi : Nurambiya

*Email Korepondensi : agdosiagdosi@gmail.com

I. PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa penderita hiperuresemia meningkat setiap tahunnya di dunia. Angka kejadian Gout sekitar 1-4% dari populasi umum, di negara barat laki-laki lebih tinggi menderita Gout dibandingkan dengan perempuan sebesar 3-6%. Di beberapa negara, prevalensi dapat meningkat 10% pada laki-laki dan 6% pada perempuan pada rentang usia ≥ 80 tahun. Insiden tahunan gout 2,68 per 1000 orang. Di seluruh dunia penyakit asam urat mengalami peningkatan secara bertahap yang diakibatkan karena kebiasaan makan yang buruk seperti diet makan yang salah, kurang olahraga, obesitas dan juga sindrom metabolik (Arlinda, 2021).



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

Berdasarkan Data di Amerika Serikat didapatkan 5,7 juta orang mengalami asam urat. Angka kejadian asam urat diperkirakan tahun 2030 lebih dari 8 juta orang (Susanto, 2021).

Berdasarkan RISKESDAS (Riset Kesehatan Dasar) 2018 proporsi aktivitas fisik pada penduduk Indonesia pada tahun 2013 sebanyak 26,1% kemudian pada tahun 2018 mengalami kenaikan mencapai sebanyak 33,5%.

Prevelensi penyakit sendi berdasarkan Diagnosi Dokter pada penduduk umur >15 tahun menurut Kabupaten/kota Provinsi Sulawesi selatan, Riskesdas 2018 di Sulawesi selatan ada 11.919 kasus dan di makassar terdapat ada 2.876 kasus penyakit sendi.

Penelitian yang dilakukan Mahmud (2019) dengan judul hubungan aktivitas fisik dengan kadar asam urat di Padukuhan Bedog Trihanggo Gamping Sleman Yogyakarta, mendapatkan hasil penelitian bahwa aktivitas fisik masyarakat padukuhan Bedog sebagian besar dalam kategori berat sebanyak 32 responden (50,8%). Kadar asam urat masyarakat padukuhan Bedog sebagian besar adalah kadar asam urat tinggi sebanyak 37 responden (58,8%). Terdapat hubungan aktivitas fisik dengan kadar asam urat di Padukuhan Bedog Trihanggo Gamping Sleman Yogyakarta dengan p-value sebesar 0,000.

Agar terhindar dari komplikasi fatal asam urat dapat dilakukan pencegahan, antara lain mengurangi asupan tinggi purin, menghindari kegemukan (obesitas) dengan menjaga berat badan normal atau tidak berlebihan, mengurangi aktivitas fisik yang berlebihan karena akan meningkatkan kadar asam urat dalam darah diakibatkan oleh ketidakmampuan ginjal mengeluarkan asam urat berlebih dari dalam tubuh dan mengkonsumsi banyak air putih untuk membantu pengeluaran asam urat (Fauzi, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan yang di lakukan di ruangan rekam medik di dapatkan data jumlah penderita asam urat terkhusus pada lansia tahun 2020 sebanyak 70 orang, 2021 sebanyak 74 orang dan pada tahun 2022 sebanyak 99 orang, pada bulan Januari sampai dengan Mei tahun 2023 sebanyak 34. melihat angka yang semakin naik

sehingga peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan kadar asam urat dalam darah pada pasien lansia di RSUD Labuang Baji sul-sel.

II. METODE

Desain penelitian adalah rencana sistematis sebagai kerangka yang dibuat untuk mencari jawaban atas pertanyaan penelitian (Ismail Nurdin, 2019). Desain dalam penelitian ini adalah analitik korelasi dengan pendekatan cross sectional yaitu penelitian yang menekan waktu pengukuran atau observasi data variable independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat (Nursalam, 2013). Penelitian ini dilakukan di RSUD Labuang Baji Sul-Sel, pada bulan Agustus 2023.

Populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah pasien lansia yang berkunjung di RSUD Labuang Baji Sul-Sel pada bulan Januari – Juli tahun 2023 sebanyak 34 orang.

Data primer dikumpulkan dengan melakukan wawancara terbimbing dan responden dengan menggunakan daftar pertanyaan yang telah tersedia (kuesioner). Kuesioner aktivitas fisik yang digunakan adalah GPAQ yang telah digunakan pada penelitian (Nurmalitta, 2017). Kuesioner ini diadaptasi dari World Health Organization (WHO) dalam (Saputri, 2020) yang dibuat untuk pengamatan aktivitas fisik di negara-negara berkembang seperti di Indonesia.

Pengolahan data dilakukan untuk mendapatkan hasil penelitian dengan tujuan penelitian dengan tahap-tahap:

1. Penyuntingan (Editing)

Langkah dalam melakukan editing adalah melakukan penataan pada semua lembar jawaban dengan memastikan semua data yang diinginkan diperoleh dalam kuesioner diisi sesuai dengan petunjuk yang telah diberikan.

2. Pengkodean (Coding)

Lembaran kartu kode adalah instrumen berupa kolom-kolom untuk merekam data secara manual lembaran atau kode yang berisi nomor responden dan nomor pertanyaan.

3. Memasukkan Data (Entry Data)

Memasukan data dengan cara mengisi kolom-kolom atau kotak-kotak lembaran kode sesuai dengan jawaban masing-masing pertanyaan.

4. Pembersihan (Cleaning)

Proses ini disebut juga vanishing entry yaitu data yang sudah dimasukkan kedalam program statistik kemudian dilakukan pengecekan kembali untuk mengevaluasi apakah masih terdapat kesalahan atau tidak.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari penelitian yang dilakukan didapatkan hasil Pengaruh aktivitas fisik dengan peningkatan kadar asam urat dalam darah pada lansia di RSUD Labuang Baji sul-sel.

Aktivitas Fisik	Kadar Asam Urat				Total	p value	α	
	Normal		Tidak Normal					
	n	%	n	%	N	%		
Cukup	5	26,3	10	66,7	15	44,1	0,036	0,05
Kurang	14	73,7	5	33,3	19	55,9		
Total	19	100,0	15	100,0	34	100,0		

Berdasarkan hasil analisis tabel 4.7, dijelaskan bahwa dari 34 responden didapatkan responden yang memiliki aktivitas fisik yang cukup dengan kadar asam urat yang normal sebanyak 5 responden (26,3%), responden yang memiliki aktivitas fisik yang cukup dengan kadar asam urat yang tidak normal sebanyak 10 responden (66,7%).

Sedangkan responden yang memiliki aktivitas fisik yang kurang dengan kadar asam urat yang normal sebanyak 14 responden (73,7%), responden yang memiliki aktivitas fisik yang kurang dengan kadar asam urat yang tidak normal sebanyak 5 responden (33,3%).

Dari hasil analisis uji chi-square menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan peningkatan kadar asam urat di RSUD Labuang Baji Provinsi Sulawesi selatan dengan nilai p value = (0,036<0,05).

IV. KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan pada bulan Agustus 2023 di RSUD Labuang baji sul-sel, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kadar asam urat dalam darah pada pasien lansia di RSUD Labuang baji sul-sel, dengan nilai p value = (0,036<0,05).

UCAPAN TERIMAKASIH (11pt)

Dalam penelitian ini penulis mendapat saran, masukan, serta dukungan moril dari berbagai pihak maka dari itu di ucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. Syaiful Bachari, M.M.M.Kes, selaku ketua STIKES gunung sari makassar.
2. Asriadi, S.Kep.,Ns.,M.Kep, selaku ketua program studi S1 keperawatan STIKES gunung sari makassar.
3. Bapak / ibu dosen Stikes Gunung sari Makassar.
4. Mahasiswa Stikes Gunung sari Makassar.

DAFTAR PUSTAKA (11pt)

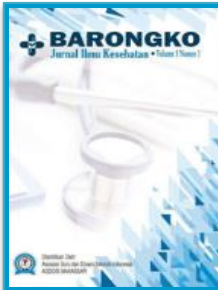
- Ariani, S. 2016. *Stop Gagal ginjal Dan Gngguan Gangguan Ginjal Lainnya*. Yogyakarta: Istana Media.
- Anies. 2018. *PENYAKIT DEGENERATIF: Mencegah & Mengatasi Penyakit Degeneratif dengan Perilaku & Gaya Hidup Modern yang sehat*. Jakarta : Ar-Ruzz Media.
- Data Rekam Medis. 2018. Puskesmas Patihan Kota Madiun. Data Rekam Medis. 2019. Puskesmas Patihan Kota Madiun.
- Dinkes Kota Madiun. 2018. *Profil Kesehatan Kota Madiun 2018* : Dinkes KotaMadiun.
- Emilia Veranica. (2021). *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia: Literature Review Naskah Publikasi*. 5–10.
- Estridasari, J. (2017). Perbedaan Kadar Asam Urat Pada Pasien Puasa Dan Tidak Puasa. *Repository Universitas Muhammadiyah Semarang*.
<http://repository.unimus.ac.id/409/>
- Fatmah.2010. *Gizi Usia Lanjut*. Jakarta:Erlangga.
- Fauzi, Mahmud . 2018. *Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kadar Asam Urat di Padukuhan Bedog Trihanggo Gamping Sleman Yogyakarta*. Universitas Aisyiyah Yogyakarta.
- Hastono, S., P. 2018. Analisis Data pada Bidang Kesehatan. Depok : PT Raja Grafindo Persada.
- Hidayat, A. Aziz Alimul. 2012. *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*.Jakarta: Salemba.



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

- Kemenkes RI. 2013. Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI
- Kementrian Kesehatan. 2014. *Situasi Dan Analisis Lanjut Usia. Pusat Data Dan Informasi*: Jakarta.
- Kementrian Kesehatan. 2014. *Situasi Dan Analisis Lanjut Usia. Pusat Data Dan Informasi*: Jakarta.
- Kemenkes RI. 2016. *Penyakit Tidak Menular dan Faktor Risiko*. Buku Pintar Posbindu PTM.
- Kemenkes RI. 2016. *Penyakit Tidak Menular dan Faktor Risiko*. Buku Pintar Posbindu PTM. 2016.
- Kementrian Kesehatan, 2018. Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Balai penelitian dan pengembangan Kesehatan Republik Indonesia.
- Kumalasari, 2012. *Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Kadar Asam Urat Darah pada penduduk Desa Banjaranyar Kecamatan Sokaharja Kabupaten Banyumas, Jurnal Keperawatan*. Soedirman Purwokerto. No.3 Volume.4.
- Mahmud, F. (2019). Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Kadar Asam Urat Di Padukuhan Bedog Trihanggo Gamping Sleman Yogyakarta. *Ilmu Keperawatan*, 1(1), 1–7.
- Masturoh Imas & Anggita Nauri. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- Nurhamidah & Selpi Nofiani (2014). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Pasien Rawat Jalan Di Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi Tahun 2015.
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo Soekidjo. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Noviyanti, 2015. *Pengaruh Senam Ergonomis Terhadap Kadar Asam Urat*. [http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/26474/1/Anis homariah.FKIK.pdf](http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/26474/1/Anis%20homariah.FKIK.pdf). diakses pada 27 Februari 2020 pada pukul 20.57WIB.
- Natania, N., & Malinti, E. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Asam Urat Di Rw 13 Kampung Mokla, Kecamatan Parongpong. *Klabat Journal of Nursing*, 2(2), 17. <https://doi.org/10.37771/kjn.v2i2.488>
- Nursalam. 2013. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Organization WH. *Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) analysis Guide*. Geneva. World Health Organization. 2012.
- Padila. 2013. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Rahmatul, F 2015. *Cara Cepat Usir Asam Urat*. Yogyakarta: Medika.
- Ridhoputrie, M., Karita, D., Romdhoni, M. F., & Kusumawati, A. (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*, 2(1), 43–50. <https://doi.org/10.30595/hmj.v2i1.3481>
- Saryono, Mekar Dwi Anggraeni. 2013. *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif dalam Bidang Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

- Savitri , Astrid. 2016. *Waspadalah, masuk usia 40 ke atas*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
- Emilia Veranica. (2021). *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia: Literature Review Naskah Publikasi*. 5–10.
- Saputri, D. (2020). *HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK DENGAN KADAR ASAM URAT DALAM DARAH DI POSYANDU LANSIA KELURAHAN MADIUN LOR PUSKESMAS PATIHAN KOTA MADIUN*. 21(1), 1–9.
- Suntara, D. A. (2022). Hubungan antara aktifitas fisik dengan kadar asam urat. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(12), 3805–3812.
- Seran, R. Bidjuni, H. dan Onibala, F. (2016). *Hubungan Antara Nyeri Gout Arthritis Dengan Kemandirian Lansia*. Spieker. 2011. *Jurnal Asam Urat pada Lansia*. <http://erepo.unud.ac.id/11011/3/51277efe7b5aed11dfa45b8789c48ac.pdf> diunduh pada 03 April 2021.
- Soeryoko, Hery .2011. *20 Tanaman Obat paling Berkhasiat Penakluk Asam Urat*. Yogyakarta : Andi
- Sugiyono, 2013 *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuntitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sunaryo, Wijayanti, Rahayu. (2016). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: CV ANDI OFFSET.
- Suriana, Neti. 2014. *Herbal Sakti Atasi Asam Urat*. Depok : Mutiara Allamah Utama.
- Wulandari , Ari, 2016. *Cara Jitu Mengatasi Asam Urat*. Yogyakarta: Rapha Publishing.
- Wiwik Dkk. 2018 . *Faktor – faktor yang mempengaruhi kadar asam urat pada usia produktif*. Stikes Wira Medika : Bali.