

## Hubungan Pola Makan Dan Obesitas Dengan Tingkat Nyeri Gout Arthritis Pada Pasien Lansia

### *The Relationship Between Diet and Obesity and the Level of Gout Arthritis Pain in Elderly Patients*

Dina Aryanti<sup>1\*</sup>, Wilda Yunita<sup>2</sup> & Yanti Gurning<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Flora, Medan, Indonesia

Disubmit 03 Maret 2024; Diproses:27 April 2024; Diaccept:30 Juli 2024; Dipublish:31 Juli 2024

\*Corresponding author: E-mail: Dinaaryanti1010@gmail.com

#### Abstrak

Lansia merupakan salah satu kelompok berisiko terjadinya penyakit degeneratif. Salah satunya gout arthritis. Gout arthritis berhubungan erat dengan gangguan metabolisme purin yang memicu peningkatan kadar asam urat dalam darah. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan pola makan dan obesitas dengan tingkat nyeri gout arthritis pada pasien lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Area Selatan. Penelitian ini merupakan survei analitik dengan desain cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang menderita gout arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Area Selatan tahun 2023. Hasil penelitian menunjukkan Ada hubungan pola makan dengan tingkat nyeri gout arthritis pada pasien lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Area Selatan ( $p=0,000$ ; OR 0,107 (CI 95% 0,031-0,364). Ada hubungan obesitas dengan tingkat nyeri gout arthritis pada pasien lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Area Selatan ( $p=0,009$ ; OR 0,205 (CI 95% 0,063-0,672). Disarankan kepada pihak Puskesmas Medan Area Selatan bahwa hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan dan informasi tentang hubungan pola makan dan obesitas dengan tingkat nyeri gout arthritis lansia.

**Kata Kunci:** Gout arthritis; Pola makan; Obesitas; Tingkat Nyeri; Lansia

#### Abstract

*Elderly is one of the groups at risk of degenerative diseases. One of them is gout arthritis. Gouty arthritis is closely related to disorders of purine metabolism that trigger an increase in uric acid levels in the blood. The elderly who suffer from gouty arthritis will experience severe pain in the joint area. Diet and obesity are two factors that are associated with the level of gout arthritis pain. This research is an analytic survey with cross sectional design. The population in this study were all elderly who suffer from gout arthritis in the working area of the Vocational Health Center of Medan Area Selatan in 2023. The results showed there was a relationship between eating patterns and the level of gout arthritis pain in elderly patients in the work area of the Vocational Health Center, Medan Area Selatan ( $p = 0,000$ ; OR 0,107 (95% CI 0,031-0,336). There is an association of obesity with the level of gout arthritis pain in elderly patients in the work area of the Health Center, Medan Area Selatan District ( $p = 0,009$ ; OR 0,205 (95% CI 0,063-0,672). It is recommended to the Vocational Youth Health Center Medan Area Selatan that the results of this study can be used as input and information about the relationship between diet and obesity with the level of pain in elderly gout arthritis.*

**Keywords:** Gouty arthritis; Dietary habit; Obesity; Pain Level; Elderly

DOI: 10.51849/j-bikes.v%vi%.77

#### Rekomendasi mensitasikan :

Aryanti.D., Yunita.W., & Gurning.Y., 2024. Hubungan Pola Makan Dan Obesitas Dengan Tingkat Nyeri Gout Arthritis Pada Pasien Lansia. *Jurnal Kebidanan, Keperawatan dan Kesehatan (J-BIKES)*, 4 (1): Halaman. 32-35

## PENDAHULUAN

Perkembangan manusia tahap akhir adalah lanjut usia. Pengertian lanjut usia menurut Undang-undang Nomor 13 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, yang dimaksud dengan lanjut usia adalah penduduk yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Proses penuaan penduduk tentunya berdampak pada berbagai aspek kehidupan, baik sosial, ekonomi, dan terutama kesehatan (Untari dkk., 2017).

Keberhasilan pembangunan mempunyai indikator. Salah satunya adalah semakin meningkatnya usia harapan hidup penduduk. Dengan semakin meningkatnya usia harapan hidup penduduk, menyebabkan jumlah penduduk lanjut usia terus meningkat dari tahun ke tahun. Diseluruh dunia penduduk lansia (usia 60 +) tumbuh dengan sangat cepat, bahkan tercepat dibanding kelompok usia lainnya (ONU, 2015). Tahun 2020, jumlah lansia diprediksi sudah menyamai jumlah balita. Sebelas persen dari 6,9 miliar penduduk dunia adalah lansia (WHO, 2013).

Lansia merupakan salah satu kelompok atau populasi berisiko (population at risk) yang semakin meningkat jumlahnya. Allender dkk (2014) mengatakan bahwa populasi berisiko adalah kumpulan orang yang masalah kesehatannya memiliki kemungkinan akan berkembang lebih buruk karena adanya faktor-faktor risiko yang memengaruhi. Stanhope dan Lancaster (2016) mengatakan lansia sebagai populasi berisiko ini memiliki tiga karakteristik risiko kesehatan yaitu, risiko biologi termasuk risiko terkait usia, risiko sosial dan lingkungan serta risiko perilaku atau gaya hidup.

Permasalahan yang timbul pada lansia adalah gangguan kesehatan baik disebabkan fisiologis lansia maupun patofisiologis akibat penyakit tertentu (Untari dkk., 2017). Salah satu penyakit degeneratif yang sering terjadi pada lansia yaitu penyakit gout arthritis. Penyakit ini ditandai dengan terjadinya penumpukan asam urat dalam tubuh secara berlebihan dan gout artritis yang terjadi berulang atau bertahun akan menyebabkan timbulnya tophi (Anies, 2018; Songgigilan dkk, 2019).

Gout berhubungan erat dengan gangguan metabolisme purin yang memicu peningkatan kadar asam urat dalam darah (hiperurisemia), yaitu jika kadar asam urat dalam darah lebih dari 7,5 mg/dl. Hiperurisemia telah lama ditetapkan sebagai faktor etiologi utama dalam gout (Gliozzi, 2015)

Jaliana dkk (2018) menyatakan di dunia penderita gout artritis mengalami kenaikan jumlah penderita hingga dua kali lipat antara tahun 1990- 2010. Pada orang dewasa di Amerika Serikat penyakit gout mengalami peningkatan dan mempengaruhi 8,3 juta (4%) orang Amerika. Penelitian di Taiwan tahun 2013 prevalensi penyakit gout artritis sebesar 41,4 % dan meningkat sebesar 0,5 % setiap tahun. Penyakit gout artritis diperkirakan terjadi pada 840 orang dari setiap 100.000 orang.

Prevalensi gout artritis juga mengalami peningkatan di Indonesia. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi nasional penderita penyakit sendi berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan sebanyak 7,3%. Dari jumlah tersebut, 53% diantaranya adalah penderita lansia.

Provinsi Aceh merupakan provinsi tertinggi dengan jumlah penderita penyakit sendi yaitu 13,3% (Kemenkes, 2019).

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian survei analitik dengan desain yang digunakan adalah cross sectional yaitu suatu rancangan penelitian dan pengamatannya dilakukan secara simultan pada sekali waktu. Rancangan penelitian ini juga biasa disebut rancangan potong silang atau lintas bagian. Adapun tujuan utama dari penelitian ini adalah Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pola makan dan obesitas dengan tingkat nyeri gout arthritis pada pasien lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Area Selatan, Dimana Populasi dalam penelitian ini yaitu sebanyak 57 orang dengan menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pola Makan

Pola makan	Frekuensi	
	n	%
Tidak baik	23	39,0
Baik	36	61,0
<b>TOTAL</b>	<b>59</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa responden dengan pola makan yang baik sebanyak 36 orang (61%), dan responden dengan pola makan yang tidak baik sebanyak 23 orang (39%).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan pola makan dengan tingkat

nyeri gout arthritis pada pasien lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Area Selatan. Hasil penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Oga, dkk (2017) melaporkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan kejadian gout arthritis. Mengkonsumsi makanan yang mengandung tinggi purin dapat menyebabkan terjadinya peningkatan kadar asam urat dalam darah.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan obesitas dengan tingkat nyeri gout arthritis pada pasien lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Area Selatan. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saputro dan Amalia (2018) yang menyatakan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kadar asam urat darah pada lansia ( $p = 0,002$ ). Hasil penelitian ini juga mendukung penelitian yang dilakukan di provinsi Jiangsu China didapatkan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara status gizi dan kadar asam urat darah pada subyek sehat dengan nilai  $p < 0,001$ .

Pada Normative Aging Study, peningkatan berat badan juga ditemukan berhubungan dengan peningkatan kadar asam urat dalam darah dan risiko terjadinya gout. Penelitian yang dilakukan Dian (2015) tentang hubungan lingkar pinggang dan Indeks Masa Tubuh dengan kadar asam urat wanita usia di atas 50 tahun dan menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara lingkar pinggang, IMT, dan asupan purin dengan kadar asam urat.

Lansia yang overweight lebih beresiko 11,387 kali lebih besar dibandingkan dengan sampel yang

memiliki status gizi normal ataupun kurus. Pada orang yang overweight (IMT > 25 kg/m<sup>2</sup>), kadar leptin dalam tubuh akan meningkat hal ini berbeda dengan IMT kurus yang kadar leptin tidak akan meningkat. Leptin merupakan protein dalam bentuk heliks yang disekresi oleh jaringan adipose. Peningkatan kadar leptin seiring dengan meningkatnya kadar asam urat dalam darah. Hal tersebut karena adanya gangguan proses reabsorbsi asam urat pada ginjal (Fauzan, 2016).

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, sesuai dengan tujuan maka dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut: Ada hubungan pola makan dengan tingkat nyeri gout arthritis pada pasien lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Area Selatan ( $p=0,000$ ; OR 0,107 (CI 95% 0,031-0,364). Dan Ada hubungan obesitas dengan tingkat nyeri gout arthritis pada pasien lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Area Selatan ( $p=0,009$ ; OR 0,205 (CI 95% 0,063-0,672).

## DAFTAR PUSTAKA

Adriani, M., & Wirjatmadi, B. (2016), Pengantar gizi masyarakat. Jakarta: Prenada Media

Allender, J.A., Rector, C., & Warner, K.D. (2014), Community dan public health nursing promoting the public's health. 8th Ed.. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins

Almatsier, S. (2010), Prinsip dasar ilmu gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

American Nurses Association (2010), Nursing: scope and standards of practice. 2nd Edition. Silver Spring, MD: Nursesbooks.org

Andarmoyo, S. (2013), Konsep dan proses keperawatan nyeri. Jogjakarta : Ar-Ruzz Media.

Anies. (2018), Penyakit degeneratif: mencegah dan mengatasi penyakit degeneratif dengan perilaku & gaya hidup modern yang sehat. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

Arikunto, Suharsimi. (2014). Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta

Azizah. (2011), Keperawatan lanjut usia. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Damayanti, D. (2012), Mencegah dan mengobati asam urat. Yogyakarta: Araska.

Darmojo RB. (2015), Geriatri (ilmu kesehatan usia lanjut). Edisi ke-5. Jakarta: Badan Penerbit FKUI, 7-14, 724-732 .