

FAKTOR-FAKTOR DOMINAN YANG MEMPENGARUHI TERJADINYA GOUT ARTHRITIS PADA LANSIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL LANSIA DAN ANAK BALITA WILAYAH BINJAI DAN MEDAN TAHUN 2015

Abdul Hanif Siregar, Syarif Zein Yahya

Staf Poltekkes Kemenkes Jurusan Keperawatan Poltekkes Medan

Abstrak

Gout Arthritis adalah penyakit dimana terjadi penumpukan Asam Urat dalam tubuh secara berlebihan, baik akibat produksi yang meningkat, pembuangannya melalui ginjal yang menurun atau akibat peningkatan asupan makanan yang kaya purin. Penelitian ini bersifat deskriptif yang bertujuan untuk memperoleh gambaran mengenai Faktor-Faktor Dominan Terjadinya Gout Arthritis pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lansia dan Anak Balita Wilayah Binjai dan Medan Tahun 2015. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 42 responden, responden yang pola makannya tidak seimbang adalah 39 orang (92,8%), lansia yang melakukan olahraga namun tidak teratur adalah 21 orang (50%), lansia yang memiliki penyakit keturunan 33 orang (78,6%) dan dominan diturunkan oleh Ayah 28 orang (84,8%). Berdasarkan hasil penelitian diharapkan bagi lansia agar dapat mengurangi pola konsumsi protein yang berlebihan serta melakukan olahraga secara rutin setiap hari sehingga dapat terhindar dari penyakit Gout Arthritis.

Kata Kunci : Gout Arthritis, Lansia

PENDAHULUAN

Menurut artikel dari internet berjudul asam urat dinyatakan bahwa di masyarakat kini beredar mitos bahwa ngilu sendi itu berarti terkena asam urat atau Gout Arthritis. Sementara itu menurut sumber lain untuk memastikan seseorang terkena asam urat atau gout arthritis perlu dilakukan tes darah sederhana yang mengukur kadar asam urat yang dapat membantu memprediksi adanya masalah yang berhubungan dengan asam urat atau gout arthritis. (Link Harun Yahya : 2008).

Kadar asam urat normal pria dibawah 7 mg/dl dan wanita dibawah 6 mg/dl. Setelah pubertas pada pria kadarnya meningkat secara bertahap dan dapat mencapai 5,2 mg/dl. Pada perempuan kadar asam urat biasanya lebih rendah, kemudian pada usia pramenopause kadarnya meningkat mendekati kadar pada laki-laki bisa mencapai 4,7 mg/dl. (Misnadiarly, 2007:9).

Menurut dr. Suharti K Suherman SpFK dari Departemen Farmakologi yang dimaksud dengan Asam Urat atau Gout Arthritis adalah asam yang berbentuk kristal yang merupakan hasil akhir metabolisme purin (bentuk turunan nukleoprotein) yaitu salah satu komponen asam nukleat yang terdapat pada inti sel tubuh, jadi asam urat merupakan hasil akhir metabolisme utama yaitu suatu proses kimia dalam inti sel yang berfungsi menunjang kelangsungan hidup, proses dimulai dari makanan berupa karbohidrat, protein dan selulosa melalui suatu jalur proses kimia

dan bila terjadi penyimpangan dalam proses ini terutama terjadi pada orang yang berusia 40 tahun ke atas atau manula maka akan timbul benjolan (*toff*) yang berisi endapan kristal monosodium urat disekitar persendian tulang. (Junadi, 2008:50).

Di Indonesia penyakit Arthritis Gout atau Asam Urat pertama kali diteliti oleh dokter belanda, dr Van Den Horst pada tahun 1935, pada saat itu beliau menemukan 15 kasus asam urat atau gout arthritis berada pada masyarakat di pulau Jawa. Di dunia suku bangsa yang paling tinggi prevalensinya pada orang Maori di Australia sedangkan di Indonesia prevalensi tertinggi pada penduduk pantai yaitu di daerah Manado - Minahasa karena kebiasaan pola makan ikan dan mengkonsumsi alkohol. (Kesehatan_Alternatif, 2008).

Serangan asam urat atau gout arthritis pertama biasanya hanya mengenai satu sendi dan berlangsung selama beberapa hari, gejalanya hilang secara bertahap dimana sendi kembali berfungsi dan tidak timbul gejala sampai terjadi serangan berikutnya, namun asam urat semakin memburuk dan serangan yang tidak diobati akan berlangsung lebih lama, lebih sering terjadi dan mengenai beberapa sendi. Sendi yang terkena dapat mengalami kerusakan yang permanent. Serangan lazimnya di kaki, ibu jari kaki, sendi kaki belakang, pergelangan tangan, lutut dan siku. Serangan asam urat biasanya terjadi pada malam hari dan terasa nyeri kemudian kulit membengkak, merah, pangs, sulit digerakkan dan terasa nyeri.

Bagi orang yang berusia 40 tahun ke atas kelebihan asam urat atau gout arthritis merupakan

problem serius. Kelebihan purin dalam darah akan menyebabkan pengkristalan pada persendian dan pembuluh kapiler darah terutama yang dekat dengan persendian, akibatnya apabila persendian digerakkan akan terjadi gesekan kristal-kristal tersebut sehingga menimbulkan nyeri. Adapun pemicu terjadinya asam urat atau gout arthritis adalah pola makan seseorang yang mengandung purin berlebih, aktivitas, keturunan dan hormonal. (Misdaniarly, 2007:13).

Jumlah penderita asam urat atau gout arthritis di Sumatera Utara adalah berjumlah 1.800.000 orang dari 12.333.974 orang penduduk Sumatera Utara. (Pusdiknakes, 2008).

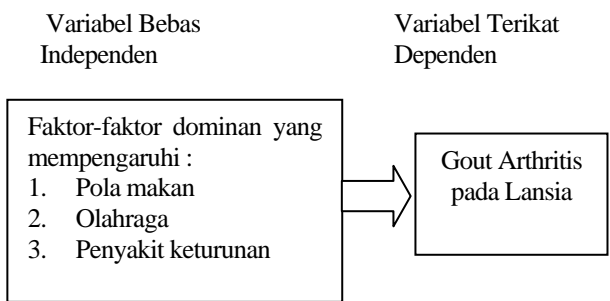
Pertumbuhan penduduk lansia di dunia mencapai 425 juta jiwa atau kurang lebih 68%. Dan di Indonesia penduduk lansia sekitar 16 juta jiwa. Badan Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan tahun 2025 jumlah lansia di Indonesia mencapai 60 juta jiwa. (Dalimartha, 2002)

Jumlah lansia di UPT Pelayanan Sosial Lansia dan Anak Balita Wilayah Binjai dan Medan pada tahun 2015 adalah 220 orang terdiri dari 121 orang laki-laki dan 99 orang perempuan. Jumlah lansia yang menderita Asam Urat atau Gout Arthritis adalah sekitar 20% dari 220 orang yaitu 42 orang, 23 laki-laki dan 19 perempuan.

Melihat fenomena di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang faktor apa saja yang mempengaruhi terjadinya gout arthritis pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lansia dan Anak Balita Wilayah Binjai dan Medan pada Tahun 2015.

METODOLOGI PENELITIAN

Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya gout arthritis pada lansia adalah pola makan, olahraga, keturunan, hormonal. Namun faktor hormonal tidak termasuk ke dalam variabel penelitian karena merupakan faktor yang sudah pasti mempengaruhi terjadinya Gout Arthritis atau Asam Urat pada lansia, oleh karenanya variabel independent dalam penelitian ini adalah pola makan, olahraga, dan keturunan sesuai dengan tujuan khusus yang digambarkan dalam kerangka konsep sebagai berikut :



Desain penelitian yang digunakan adalah *Cross Sectional*, dengan jenis penelitian deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan di UPT Pelayanan Sosial Lansia dan Anak Balita Wilayah Binjai dan Medan pada bulan Maret sampai Mei Tahun 2015. Populasi dalam penelitian ini

sebanyak 42 orang dan semua dijadikan sebagai sampel (*total sampling*). Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan cara penyebaran angket dan kuesioner kepada lansia yang menderita Gout Arthritis di UPT Pelayanan Sosial Lansia dan Anak Balita Wilayah Binjai dan Medan. Analisa data dilakukan dengan cara deskriptif yaitu dengan melihat jumlah dan persentase data yang terkumpul. Data tertulis dalam bentuk tabel distribusi frekwensi kemudian dibuat suatu kesimpulan dengan menggunakan rumus persentase.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Dari Kuesioner yang telah disebarakan kepada 42 orang lansia penderita Gout Arthritis di UPT Pelayanan Sosial Lansia dan Anak Balita Wilayah Binjai dan Medan, maka diperoleh data distribusi frekuensi sebagai berikut :

Faktor-faktor yang mempengaruhi gout arthritis pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lansia dan Anak Balita Wilayah Binjai dan Medan dari pola makan tidak seimbang sebanyak berdasarkan pola makan pada umumnya tidak seimbang yaitu berjumlah 39 orang (92,8%), dengan frekuensi olahraga lansia tidak teratur yaitu berjumlah 21 orang (50%). Lansia yang menderita gout arthritis sebanyak 33 orang (78,6%) dan sebanyak 28 orang (84,8%) berdasarkan penyakit keturunan yang berasal dari ayah.

Pembahasan

Faktor dominan yang dapat mempengaruhi terjadinya Gout Arthritis sangatlah dipengaruhi oleh hal yang dapat menyebabkan penyakit Gout Arthritis itu, antara lain pola makan, olahraga dan penyakit keturunan. Berikut akan dibahas tentang faktor-faktor dominan yang mempengaruhi terjadinya gout arthritis pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lansia dan Anak Balita Wilayah Binjai dan Medan Tahun 2015 :

1. Pola Makan

Teori tentang Pola Makan mengatakan bahwa penyakit Gout Arthritis sangat erat kaitannya dengan pola makan seseorang, pola makan yang tidak seimbang dengan jumlah protein yang sangat tinggi merupakan penyebab penyakit gout arthritis. Hiperurisemia dapat menyebabkan penumpukan kristal monosodium urat. Kalau kristal asam urat mengendap dalam sebuah sendi, respon inflamasi akan terjadi dan serangan gout akan dimulai. Dengan serangan berulang-ulang, penumpukan kristal natrium urat yang dinamakan tofus akan mengendap di bagian perifer tubuh seperti ibu jari kaki, tangan dan telinga. Nefrolitiasis urat atau batu ginjal dengan penyakit renal kronis yang terjadi sekunder akibat penumpukan urat dapat timbul. Gambaran kristal urat dalam cairan sinofial sendi yang asimtomatik menunjukkan bahwa faktor-faktor non kristal mungkin berhubungan dengan reaksi inflamasi. Jadi semakin tinggi asupan protein yang dikonsumsi oleh seseorang maka semakin besar faktor resiko terjadinya gout

arthritis.

Berdasarkan teori terkait diatas dapat dikatakan bahwa terjadi persamaan antara teori dengan hasil penelitian, dimana responden yang pola makannya tidak seimbang merupakan faktor yang mempengaruhi terjadinya gout arthritis pada lansia, yang dikatakan pola makan tidak seimbang adalah pola makan penderita asam urat dengan asupan protein yang sangat tinggi karena asupan protein yang dianjurkan bagi penderita asam urat adalah sekitar 50-70 gram bahan mentah/hari. Hal ini terjadi karena lansia di UPT Pelayanan Sosial Lansia dan Anak Balita Wilayah Binjai dan Medan sering mengkonsumsi makanan yang mengandung protein secara berlebihan dan tidak sesuai dengan kebutuhan tubuh seperti kacang-kacangan, udang, daging kambing dll. Walaupun di panti memasak kacang-kacangan hanya 2 kali dalam seminggu namun sudah lebih dari takaran yang dibutuhkan tubuh hal ini terjadi karena lauk siang dan malam sama sehingga dapat dikatakan lansia mengkonsumsi lebih dari 50-70 gram dalam sehari. Di UPT Pelayanan Sosial Lansia dan Anak Balita Wilayah Binjai dan Medan para lansia banyak mengkonsumsi kacang dan udang karena dijual murah oleh penjual sayuran yang bebas keluar masuk wisma. Dan sebagian lansia mengatakan daging kambing merupakan kesukaan sehingga bila ada keluarga berkunjung selalu membawanya.

Menurut Misdaniarly pola makan seseorang sangat mempengaruhi terjadinya gout arthritis karena kelarutan asam urat di urin akan meningkat bila pH lebih dari 4. Secara umum darah manusia mampu menampung asam urat sampai tingkatan tertentu tetapi bila kadar asam urat melebihi daya larutnya, misal >7 mg/dl, maka plasma darah menjadi amat jenuh. Keadaan ini disebut hiperurisemia, pada keadaan ini darah tidak mampu lagi menampung asam urat di berbagai organ seperti sendi dan ginjal. Untuk mempertahankan konsentrasi asam urat darah dalam batas-batas normal.

2. Olahraga

Menurut teori, gaya hidup yang tidak aktif dan tingkat kebugaran yang rendah merupakan dua ciri pembawaan penderita gout arthritis. Penyakit ini mengurangi kemampuan seseorang untuk menggerakkan sendi mereka dalam jangkauan gerakan yang penuh. Jangkauan gerakan yang terganggu diterjemahkan dalam kapasitas fungsional yang semakin rendah atau kemampuan melakukan aktivitas semakin berkurang. Untuk itulah sangat penting dilakukan olahraga yang rutin bagi penderita gout arthritis.

Di UPT Pelayanan Sosial Lansia dan Anak Balita Wilayah Binjai dan Medan dominan melakukan olahraga namun tidak teratur hal ini terlihat pada tabel 4.2 sehingga sangat mendukung terjadinya Gout Arthritis pada lansia. Kebanyakan

lansia hanya melakukan olahraga dengan jenis jalan santai dan senam namun dalam pelaksanaannya tidak dilakukan secara rutin setiap hari, bahkan ada sebagian lansia yang tidak melakukan olahraga sama sekali dengan alasan susah bergerak karena merasa dirinya sudah tidak mampu sehingga menjadi malas melakukan olahraga. Ada juga lansia yang rutin melakukan olahraga namun jumlahnya hanya sedikit. Pihak UPT Pelayanan Sosial Lansia dan Anak Balita Wilayah Binjai dan Medan telah mengupayakan mengadakan olahraga walau hanya 2 kali dalam seminggu seperti senam lansia namun pelaksanaan senam tersebut tidak maksimal karena senam lansia dilaksanakan oleh para lansia sendiri sehingga tidak ada yang memperhatikan pelaksanaan senam tersebut.

Menurut Neil F. Gordon tidak diragukan lagi bahwa olahraga dapat meningkatkan kebugaran seseorang, dan istirahat yang berlebihan dapat merusak kesehatan, dalam keadaan tidak bergerak selama 1 minggu saja fungsi sendi akan berkurang dan tidak berdaya serta memperparah keadaan otot karena menjadi sangat lemah. Olahraga yang baik adalah rutin setiap hari 15 menit atau 30 menit setiap hari dengan jenis olahraga jalan santai, lari pagi dan senam.

3. Penyakit Keturunan

Pada Bab II telah dijelaskan bahwa menurut hasil penelitian dari dr. Caecilia seorang Konsultan Rematologi dari pusat rematik Indonesia bahwa keluarga yang mempunyai riwayat penyakit Gout arthritis maka 60% anggota keluarganya mempunyai resiko terkena penyakit Gout Arthritis.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah didapat bahwa lebih banyak mempunyai penyakit keturunan dan rata-rata penyakit tersebut diturunkan oleh Ayah sehingga faktor terjadinya Gout Arthritis menjadi lebih beresiko dibandingkan keluarga yang tidak ada. Namun sebagian responden tidak ada penyakit keturunan namun pola makan dan olahraga tidak baik. Dalam hal ini dapat dilihat bahwa dominan adalah keturunan dari Ayah yang berarti merupakan keturunan/generasi pertama. Berdasarkan hasil tinjauan yang telah dilakukan peneliti sampai saat ini belum ada penelitian yang menyebutkan mengenai keturunan atau generasi keberapa penyakit tersebut diturunkan namun dapat diketahui bahwa segala sesuatu yang berhubungan dengan keturunan berarti berhubungan dengan gen yang diturunkan baik melalui kromosom tubuh (autosom) maupun oleh kromosom seks (gonosom). Namun hingga saat ini belum ada penelitian yang mengatakan bahwa penyakit Gout Arthritis diturunkan melalui kromosom tubuh atau kromosom seks, dominan atau resesif.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dari hasil penelitian terhadap Faktor-Faktor Dominan yang mempengaruhi terjadinya Gout Arthritis pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lansia dan Anak Balita Wilayah Binjai dan Medan Tahun 2015 dengan jumlah responden 42 orang dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Pola makan para lansia yang berada di UPT Pelayanan Sosial Lansia dan Anak Balita Wilayah Binjai dan Medan dominan adalah tidak seimbang, hal ini terjadi karena pola konsumsi protein yang berlebihan dan tidak sesuai dengan kebutuhan tubuh seperti kacang-kacangan walau hanya 2 kali dalam seminggu dimasak namun menu siang dengan malam sama dan lansia memiliki penghasilan sendiri sehingga dapat membeli makanan yang mengandung protein kapan saja, yang artinya lebih dari 50-70 gram/hari dan ini merupakan faktor dominan terjadinya Gout Arthritis.
2. Faktor dominan terjadinya Gout Arthritis dari Variabel Olahraga para lansia di UPT Pelayanan Sosial Lansia dan Anak Balita Wilayah Binjai dan Medan adalah yang melakukan olahraga tapi tidak teratur, hal ini terjadi karena sebagian lansia mengatakan merasa dirinya sudah tidak mampu lagi bergerak sehingga para lansia menjadi malas melakukan olahraga. Dan meskipun dipanti selalu mengadakan senam lansia 2 kali dalam seminggu namun pelaksanaannya tidak efektif karena tidak ada petugas panti yang mengkoordinir pelaksanaan senam lansia tersebut sehingga lansia tidak termotivasi untuk melakukan senam.
3. Faktor dominan terjadinya Gout Arthritis dari variabel keturunan adalah para lansia di UPT Pelayanan Sosial Lansia dan Anak Balita Wilayah Binjai dan Medan rata-rata memiliki penyakit keturunan dan dominan diturunkan oleh ayahnya yang merupakan keturunan dari generasi yang pertama, meskipun hingga saat ini belum ada penelitian yang mengatakan pada generasi keberapa penyakit ini akan diturunkan namun dapat kita ketahui bahwa yang berhubungan dengan keturunan pasti berhubungan dengan gen.

Saran

Setelah melakukan penelitian terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya gout arthritis pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lansia dan Anak Balita Wilayah Binjai dan Medan tahun 2015, maka di bawah ini akan dipaparkan beberapa saran yang ditujukan kepada pengurus UPT Pelayanan Sosial Lansia dan Anak Balita Wilayah Binjai dan Medan, yaitu :

1. Meningkatkan interaksi yang baik kepada para lansia penghuni panti sehingga dengan kedekatan dan interaksi yang baik lansia mau dan dapat

mengikuti apa yang dianjurkan oleh perawat yang bertugas di panti dan juga pengurus-pengurus panti.

2. Petugas panti supaya lebih memperhatikan dan memberi dukungan pada lansia khususnya dalam hal senam lansia, agar para lansia mempunyai rasa peduli dan keinginan untuk mengikuti senam lansia sesuai hari yang telah ditetapkan
3. Kepada pihak UPT Pelayanan Sosial Lansia dan Anak Balita Wilayah Binjai dan Medan agar memperhatikan tentang menu lansia yaitu menu lansia penderita gout arthritis agar dipisahkan/dibedakan dari menu lansia yang sehat

DAFTAR PUSTAKA

- Alimul Aziz, 2007, *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan -Ilmiah*, Salemba Medika, Surabaya
- Atinirmala Pratita, 2003, *Biologi Praktis*, kreasi wacana, Yogyakarta
- Brunner and Suddarth, 2001, *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8*, EGC, Jakarta
- Budiarto Eko, 2002, *Biostatistika*, EGC, Jakarta.
- Gordon F Neil, 2002, *Radang Sendi (Arthritis)*, Raja Grafindo Persada, Jakarta
- Junaidi Rachmat, 2006, *Diagnosis dan Terapi Penyakit Reumatik*, Sagung Seto, Bandung
- Mansjoer Arief, 2001, *Kapita Selektta Kedokteran, Fakultas Kedokteran UI*, Jakarta
- Misnadiarly, 2007, *Rematik*, Pustaka Obor Populer, Jakarta
- Nugroho Wahyudi, 2008, *Keperawatan Gerontik*, Cetakan ke-1, EGC, Jakarta.
- Nursalam, 2003, *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu*. EGC, Jakarta
- <http://www.Google.Com.Link> Harun Yahya, *Asam Urat* : 2008 K,
- <http://www.Medikaholistik.Com>. Kesehatan Alternatif, *Asam Urat Seberapa Gawat*, 2003.
- <http://www.Medikaholistik.Com>.Kesehatan_Alternatif, *Gout arthritis*, 2013
- Bandijah Siti, *Lanjut Usia dan Perawatan Gerontik*, Muha Medika, Yogyakarta, 2009.
- Suirabka, *Penyakit Degeneratif*, Muha Medika, Yogyakarta, 2012.
- Martha Kamia, *Panduan Cerdas Mengatasi Rhematik*, Aram, Yogyakarta, 2012.
- Rizky Ameliani, *Gambaran Pengetahuan Lansia tentang Rheumatoid Arthritis di UPT Pelayanan Lanjut Usia dan Anak Balita Wilayah Binjai dan Medan*, Karya Tulis Ilmiah, 2013.