

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEPATUHAN DIET ASAM URAT PADA LANSIA UMUR 60-74 TAHUN DI DESA KAMPAR WILAYAH KERJA UPT PUSKESMAS KAMPA TAHUN 2023

Surtina Melyani¹, Alini², Dewi Anggriani Harahap³

^{1,2,3}) Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Indonesia

e-mail: surtinamelyani@gmail.com

Abstrak

Asam urat adalah hasil metabolisme akhir dari purin yaitu salah satu komponen asam nukleat yang terdapat dalam inti sel tubuh yang disebabkan oleh makanan yang sering dikonsumsi. Di Indonesia penyakit asam urat menduduki urutan kedua setelah penyakit *osteoarthritis* diperkirakan mencapai 1,6 – 13,6/100.000 yang banyak terjadi pada lansia karena faktor usia yang semakin menua. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet asam urat pada lansia umur 60-74 Tahun di Desa Kampar Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kampa Tahun 2023. Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah desain analitik kuantitatif dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 11-18 Desember 2023 dengan jumlah populasi sebanyak 69 lansia dan jumlah sampel 69 lansia yang diperoleh menggunakan Teknik *Total Sampling*. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner dukungan keluarga dan kepatuhan diet asam urat. Analisa data menggunakan analisa univariat dan bivariat dengan uji *Chi-Square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden memiliki dukungan keluarga tinggi sebanyak 36 responden (52,2%) dan memiliki kepatuhan diet kategori patuh sebanyak 37 responden (53,6%). Hasil uji *Chi-square* menunjukkan ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet asam urat pada lansia umur 60-74 tahun di Desa Kampar Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kampa Tahun 2023 (*p value* = 0,00 < 0,05). Saran Penelitian diharapkan dapat berkolaborasi dengan keluarga dan tenaga Kesehatan agar dapat menjalankan diet asam urat untuk mengatasi terjadinya komplikasi dari asam urat.

Kata kunci: Dukungan Keluarga; Kepatuhan Diet; Asam Urat; Lansia

Abstract

Uric acid is the end product of purine metabolism, which is one of the components of nucleic acids found in the cell nucleus, and it is influenced by the foods commonly consumed. In Indonesia, gout ranks second after *osteoarthritis*, with an estimated prevalence of 1.6 – 13.6 per 100,000, and it is more common in the elderly due to the aging process. The aim of this study is to determine the relationship between family support and dietary adherence for gout in elderly individuals aged 60-74 years in Kampar Village, the working area of the Kampa Health Center in 2023. The research design used in this study is a quantitative analytical design with a cross-sectional study approach. The research was conducted from December 11-18, 2023, with a population of 69 elderly individuals and a sample size of 69 elderly individuals selected using total sampling. The data collection instruments used were questionnaires on family support and dietary adherence for gout. Data analysis was performed using univariate and bivariate analysis with the Chi-Square test. The results of the study showed that 36 respondents (52.2%) had high family support, and 37 respondents (53.6%) had adherence to the gout diet. The results of the Chi-Square test indicated a significant relationship between family support and dietary adherence for gout in elderly individuals aged 60-74 years in Kampar Village, the working area of the Kampa Health Center in 2023 (*p-value* = 0.00 < 0.05). It is recommended that further research collaborate with families and healthcare providers to help elderly individuals adhere to the gout diet in order to prevent complications from gout.

Keyword: Family Support; Dietary Adherence; Gout; Elderly

PENDAHULUAN

Masalah kesehatan utama yang perlu ditangani dengan serius adalah Penyakit Tidak Menular (PTM). Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan salah satu masalah kesehatan yang setiap tahunnya mengalami peningkatan dan banyak yang mengancam jiwa. Sebagian besar (80%) PTM terjadi di negara berkembang seperti, di China, Taiwan dan termasuk di Indonesia. Salah satu contoh PTM adalah penyakit asam urat atau dalam dunia medis disebut dengan penyakit pirai atau *arthritis gout* (Rusmini; et al., 2023).

Asam urat atau *arthritis gout* adalah hasil metabolisme akhir dari purin yaitu salah satu komponen asam nukleat yang terdapat dalam inti sel tubuh yang disebabkan oleh makanan yang sering dikonsumsi oleh penderita (Simamora & Saragih, 2019). Di Indonesia penyakit asam urat menduduki urutan kedua setelah penyakit *osteoarthritis* diperkirakan mencapai 1,6 – 13,6/100.000 yang banyak terjadi pada lansia karena faktor usia yang semakin menua (Riswana & Mulyani, 2022).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) dalam *Non- Communicable Disease Country Profile* di Indonesia prevalensi penyakit asam urat pada usia 55-64 tahun berkisar pada 45%, usia 65-74 tahun 51,9%, dan usia >75 tahun 54,8%. Pada tahun 2015 jumlah prevalensi meningkat dikalangan orang dewasa di negara Inggris sebesar 3,2%. Di Korea prevalensi asam urat mengalami peningkatan dari 3,9% per 1000 orang. Pada tahun 2017 prevalensi asam urat di dunia sebanyak 34,2%. Terjadi juga di Amerika serikat sebanyak 26,3% dari jumlah penduduk di Amerika serikat. Pada tahun 2018 mengalami peningkatan menjadi 33,3%. Penyakit asam urat setiap tahunnya mengalami peningkatan (Irdiansyah et al., 2022).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 bahwa Prevalensi asam urat di Indonesia semakin mengalami peningkatan menjadi 7,3%. Berdasarkan golongan yang memiliki tanda dan gejala dan ditemukan data bahwa di Jawa Tengah prevalensi penderita asam urat sebesar 2,6-47,2% yang bervariasi pada berbagai populasi. Sedangkan prevalensi di Riau prevalensi penyakit sendi di riau 7.3%, Pada usia 55-64 tahun 15. 5%, usia 65-74 tahun 18.6% dan 75 ke atas mengalami peningkatan menjadi 18.9% (Kemenkes RI, 2018).

Penyakit asam urat banyak terjadi pada lansia karena lansia mengalami penurunan fungsi organ yang semakin lemah dan faktor bertambahnya usia, sehingga produksi hormon, enzim, dan zat-zat yang diperlukan untuk kekebalan tubuh menjadi berkurang sehingga mudah mengalami asam urat.

Dampak yang dapat ditimbulkan oleh penyakit asam urat adalah terjadinya kerusakan pada sendi yang mengakibatkan menurunnya rentang gerak tubuh yang menimbulkan nyeri yang sangat hebat yang membuat penderita tidak bisa melakukan aktifitas sehari-hari. Dampak lain dari asam urat adalah terjadinya komplikasi penyakit lain seperti, penyakit jantung, penyakit diabetes dan penyakit gagal ginjal (Noviyanti, 2015).

Faktor risiko yang mempengaruhi kadar asam urat digolongkan menjadi dua faktor yaitu faktor risiko yang tidak bisa di ubah dan faktor risiko yang bisa di ubah. Faktor

yang tidak bisa diubah adalah umur, jenis kelamin dan genetik. Faktor yang bisa diubah adalah konsumsi alkohol, IMT, dan diet terhadap purin (Riswana & Mulyani, 2022). Kepatuhan ini tidak akan berjalan lancar jika tidak adanya dukungan dari keluarga. Oleh karena itu, diperlukannya dukungan dari keluarga terdekat. Dukungan ini berhubungan dengan nutrisi, kondisi psikis, stigma dimasyarakat, sehingga dukungan keluarga diperlukan untuk pasien termotivasi dan bersemangat untuk sembuh dari penyakitnya berperan penting dalam tahap penyembuhan Dukungan ini berupa dukungan secara Informatif, Dukungan Instrumental, Dukungan Penghargaan dan Dukungan Emosional (Masalubu et al., 2023).

Penelitian (Sutiono & Hatmanti, 2018) menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet asam urat di posyandu lansia wilayah kerja puskesmas wonokromo Surabaya. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Masalubu et al., 2023) yang berjudul " hubungan dukungan keluarga dan sikap lansia dalam upaya penanganan penyakit asam urat di Wilayah Kerja Puskesmas Tabongo". menyatakan hasil adanya Hubungan Dukungan Keluarga Dan Sikap Lansia Dalam Upaya Penanganan Penyakit Asam Urat di Wilayah Kerja Puskesmas Tabongo.

METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah desain kuantitatif dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 11-18 Desember 2023 dengan jumlah populasi sebanyak 69 lansia dan jumlah sampel 69 lansia yang diperoleh menggunakan Teknik *Total Sampling*. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner dukungan keluarga dan kepatuhan diet asam urat. Analisa data menggunakan analisa univariat dan bivariat dengan uji *Chi-Square*. Untuk mengidentifikasi Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet asam urat diwilayah kerja UPT Puskesmas kampa tahun 2023.

HASIL PENELITIAN

Dilakukan terhadap tiap variable dari hasil penelitian. Dalam penelitian ini peneliti menganalisa data secara univariat untuk melihat distribusi frekuensi dukungan keluarga, dan kepatuhan diet asam urat pada lansia.

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga pada lansia asam urat Di Desa Kampar Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kampa

No	Dukungan Keluarga	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Dukungan Tinggi	36	52.2
2	Dukungan Sedang	17	24.6
3	Dukungan Rendah	16	23.2
Jumlah		69	100

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diperoleh hasil bahwa responden di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kampa Tergolong pada tingkat dukungan keluarga Tinggi berjumlah 36 responden (52.2%).

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Kepatuhan Diet Asam Urat Pada Lansia di Desa Kampar Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kampa Tahun 2023

No	Kepatuhan Diet	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Patuh	37	53.6
2	Kurang Patuh	20	29.0
3	Tidak Patuh	12	17.4
	Jumlah	69	100

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diperoleh hasil bahwa responden di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kampa memiliki Kepatuhan diet Kategori Patuh sebanyak 37 responden (53.6%).

Analisa Bivariat

Analisa bivariat ini dilakukan untuk melihat apakah terdapat hubungan antara variabel independen (dukungan keluarga) dan variabel dependen (kepatuhan diet). Kedua variabel terdapat hubungan apabila $p \text{ value} < 0,05$.

Tabel 4.4 Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Asam Urat Pada Lansia Di Desa Kampar Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kampa Tahun 2023

Dukungan Keluarga	Kepatuhan Diet								P-Value
	Patuh		Kurang Patuh		Tidak Patuh		Jumlah		
	n	%	N	%	N	%	n	%	
Tinggi	18	50,0	7	15,2	11	30,6	36	100	0,000
Sedang	5	29,4	12	70.6	0	0	17	100	
Rendah	14	87.5	1	6,2	1	6,2	16	100	
Total	37	53,6	20	29,0	12	17,4	69	100	

Berdasarkan tabel 4.4 dapat dilihat bahwa dari 36 responden dukungan keluarga tinggi terdapat 11 responden tidak patuh (30,6) menjalankan kepatuhan diet dari 17 responden yang dukungan keluarga sedang terdapat 12 responden yang kurang patuh menjalankan diet dan dari 16 responden yang dukungan keluarga rendah. penderita asam urat yang dukungan keluarganya sedang (29,4). Berdasarkan uji Chi Square diketahui nilai ($p = 0,000 < 0,05$), yang artinya ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet asam urat pada lansia di Desa Kampar Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kampa Tahun 2023.

DISKUSI

Berdasarkan uji Chi Square diperoleh nilai $p = 0,000$ ($p \text{ value} < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian hal ini berarti ada

hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet asam urat pada lansia di Desa Kampar Wilaya Kerja UPT Puskesmas Kampa Tahun 2023.

Salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya asam urat adalah kurangnya dukungan dari keluarga. Dukungan keluarga diartikan sebagai bantuan yang diberikan oleh anggota keluarga yang lain sehingga memberikan kenyamanan baik secara fisik maupun psikologis pada seseorang yang dihadapkan pada situasi keadaanya. Keluarga sangat penting dalam segala halnya yang berkaitan dengan Kesehatan (Heni, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian dari 36 responden dari dukungan keluarga tinggi terdapat 11 responden yang menderita asam urat yang tidak patuh (30,6%). Dari asumsi peneliti responden memiliki dukungan keluarga tinggi namun dari dukungan keluarga juga ada yang tidak patuh ketika menjalankan dietnya. Diet ini dijalankan dengan cara mengendalikan diri dari makanan yang tidak diperbolehkan sekaligus mengontrol kadar purin yang masuk kedalam tubuh.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan (Khoiriya, 2016) menggunakan *uji Chiquare* dengan nilai $p = 0,000$ dan hasil statistic menggunakan *Spearman Rank Correlation* maka didapat hasil $r = 0,827$ yang artinya ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah purin pada penderita *gout* di Puskesmas Dadap Kuning, Cerme Gresik. Penderita asam urat yang lanjut usia cenderung bertanya-tanya makanan apa yang harus dihindari, karena sebagian besar makanan yang sangat disukai mereka yang banyak mengandung purin tinggi, seperti jeroan, daging, tahu, tempe, dan bayam. Hal ini karena kebanyakan dari mereka tidak tau apakah baik untuk dikonsumsi atau tidak. Sehingga sangat penting bagi anggota keluarga untuk memperhatikan pola makan pada penderita asam urat.

Diet ini harus dilakukan dengan benar tidak hanya dilakukan satu kali saja namun, dengan cara berulang kali agar dapat menciptakan kebiasaan dan dari kebiasaan itu menjadi rutin sehingga menghasilkan pengalaman yang berujung pada pembentukan nilai (value). Diet ini apabila dilakukan berulang kali dengan patuh akan menjadi kebiasaan yang baik untuk Kesehatan. Cara ini dilakukan dengan cara tidak makan-makanan yang tinggi purin seperti, jeroan, daging, tahu tempe, kacang - kacangan, bayam (Triana, 2016).

Penelitian ini didukung oleh penelitian (Kurniawan, 2020) terdapat hubungan signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet asam urat pada lansia di Posyandu Ngudi Waras di Dusun Palemsewu Panggung Harjo Sewon Bantul. Dapat disimpulkan bahwa semakin besar dukungan keluarga maka semakin tinggi pula kepatuhan diet. Analisis peneliti berdasarkan kuesioner menunjukkan bahwa kehadiran kategori dukungan keluarga yang tinggi dapat memberikan manfaat yang positif dan penderita asam urat juga tetap patuh untuk melanjutkan pola makan yang benar dan patuh terhadap diet asam urat.

Dukungan dari keluarga sangat penting yang membuat penderita yang mengalami asam urat mempunyai perasaan yang nyaman. Sehingga penderita merasa anggota keluarganya sangat peduli terhadap dirinya. Sehingga timbul kesadaran untuk menjalankan pengobatannya dengan cara mengontrol pola makannya secara patuh

dan tidak merasa terbebani dengan penyakit yang diderita sehingga tahap penyembuhan dari proses diet asam urat yang akan dijalannya.

KESIMPULAN

Dukungan keluarga pada lansia asam urat sebagian besar pada kategori Dukungan Tinggi. Kepatuhan diet pada Lansia asam urat Sebagian besar pada kategori Patuh. Terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet asam urat pada lansia di Desa Kampar Wilayah Kerja Puskesmas Kampa Tahun 2023.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan pada seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam menyelesaikan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Henri, S. (2023). Motivasi dan Sikap Keluarga Merawat Lansia dengan Gout Arthritis. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(1).
- Irdiansyah, I., Saranani, M., Ayu, L., Putri, R., Keperawatan, J., Kendari, P. K., Gizi, P. S., Masyarakat, F. K., Tadulako, U., Ergonomik, S., & Gymnastic, E. (2022). *pengaruh senam ergonomik terhadap penurunan kadar asam urat*. 02.
- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Khoiriyah, S. (2016). *Hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah purin pada penderita gout di puskesmas dadap kuning, cerme gresik (Doctoral dissertation, Universitas Brawijaya)*.
- Kurniawan, I. (2020). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Asam Urat Pada Lansia Diposyandu Ngudi Waras Di Dusun Pelemsewu Panggung Harjo Sewon Bantul*. 96.
- Masalubu, M., Retni, A., & Sudirman, Aina, nur, A. (2023). Hubungan dukungan keluarga dan sikap lansia dalam upaya penanganan penyakit asam urat di wilayah kerja puskesmas tabongo. *Jurnal Nurse*, 6(1), 97–112.
- Noviyanti. (2015). *Hidup Sehat Tanpa Asam Urat*. PT Suka Buku.
- Riswana, I., & Mulyani, N. S. (2022). Faktor Risiko Yang Mempengaruhi Kadar Asam Urat Penderita Hiperurisemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Satu Kota Lhokseumawe. *Darussalam Nutrition Journal*, 6(1), 29–36. <https://doi.org/https://doi.org/10.21111/dnj.v6i1.6909>
- Rusmini, Kurniasih, H., & Widiastuti, A. (2023). Prevalensi Kejadian Penyakit Tidak Menular (PTM). *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(2), 1032–1039. <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.31539/jks.v6i2.4967>
- Simamora, R. H., & Saragih, E. (2019). Penyuluhan kesehatan masyarakat: Penatalaksanaan perawatan penderita asam urat menggunakan media. *Jurnal Pendidikan Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 6(1), 24–31.
- Sutiono, M. D., & Hatmanti, N. M. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan

- Kepatuhan Diet Asam Urat Pada Lansia Di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Wonokromo Surabaya. *Jurnal Stikes Pemkab Jombang*, 125–132.
- Triana, H. (2016). Hubungan Tingkat Pengetahuan Penderita Asam Urat Dengan Kepatuhan Diet Rendah Purin Di Wilayah Kerja Puskesmas Darussalam Medan. *Jurnal Keperawatan Flora*, 9(1), 98–110.