

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Dalam bab ini peneliti akan menguraikan hasil penelitian dan pembahasan tentang gambaran pola makan pada lansia yang mengalami asam urat di Posyandu Lansia RW 08 Betek Kecamatan Klojen Kota Malang. Penelitian ini telah dilaksanakan pada tanggal 14-15 Juni 2023. Jumlah responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini berjumlah 40 orang. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan tujuan mengetahui gambaran pola makan pada lansia yang mengalami asam urat di Posyandu Lansia RW 08 Betek Kecamatan Klojen Kota Malang.

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Posyandu Lansia daerah Betek RW 08 Kota Malang. Daerah Betek adalah sebuah daerah yang berada di wilayah Kecamatan Klojen Kota Malang, Kelurahan Penanggungan Kota Malang, Provinsi Jawa Timur. Pelayanan yang diberikan oleh posyandu lansia RW 08 Betek Kecamatan Klojen Kota Malang yaitu seperti pengukuran BB, TB, tekanan darah, lingkaran perut, dan pemeriksaan laboratorium sederhana seperti pengecekan kadar gula darah, asam urat, dan kolesterol. Jumlah lansia di Posyandu Lansia RW 08 Betek Kecamatan Klojen Kota Malang yaitu 80 lansia, sedangkan jumlah lansia yang menderita asam urat yaitu berjumlah 40 lansia.

4.1.2 Data Umum

Responden yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah lansia yang mengalami asam urat dengan total responden sebanyak 40 lansia. Dari keseluruhan responden yang ada, diperoleh gambaran mengenai umur, pendidikan, jenis kelamin, pekerjaan, informasi, sumber informasi, dan kadar asam urat berdasarkan pemeriksaan pada posyandu 1 bulan yang lalu (17 Mei 2023) (Tabel 4.1).

Tabel 4. 1 Data Umum

DATA UMUM RESPONDEN		
Umur	Frekuensi	Persentase (%)
45-59 tahun (Usia Pertengahan)	13	32,5%
60-74 tahun (Lanjut Usia)	26	65,0%
75-90 tahun (Lanjut Usia Tua)	1	2,5%
> 90 tahun (Usia Sangat Tua)	0	0%
Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
SD	20	50,0%
SMP	19	47,5%
SMA	1	2,5%
PT	0	0%
Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	22	55,0%
Perempuan	18	45,0%
Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
Bekerja	27	67,5%
Tidak Bekerja	13	32,5%
Riwayat Menerima Informasi Tentang Asam Urat	Frekuensi	Persentase (%)
Pernah	40	100%
Tidak Pernah	0	0%
Sumber Informasi	Frekuensi	Persentase (%)
Petugas Kesehatan	29	72,5%
Majalah	0	0%
Radio/TV	9	22,5%
Internet	2	5%
Kadar Asam Urat	Frekuensi	Presentase (%)
Tinggi (Laki-laki : >7,0, Perempuan >6,0)	40	100%
Normal (Laki-laki : 3,4-7,0, Perempuan : 2,4-6,0)	0	0%
TOTAL	40	100%

(Sumber : Data primer, 2023)

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur 60-74 tahun (lanjut usia) yakni 26 lansia (65,0%).

Riwayat pendidikan responden yang tamat SD setengahnya sejumlah 20 lansia (50,0%). Sebagian besar berjenis kelamin laki-laki 22 lansia (55,0%). Status pekerjaan lansia sebagian besar bekerja sejumlah 27 lansia (67,5%). Keseluruhan lansia pernah mendapat riwayat menerima informasi tentang asam urat sejumlah 40 lansia (100%). Sebagian besar mendapat informasi yang bersumber dari petugas kesehatan sejumlah 29 lansia (72,5%). Keseluruhan lansia dengan kadar asam urat tinggi sejumlah 40 lansia (100%).

4.1.3 Data Khusus

Tabel 4. 2 Gambaran Pola Makan Pada Lansia yang Mengalami Asam Urat di Posyandu Lansia RW 08 Betek Kecamatan Klojen Kota Malang

Pola Makan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	9	22,5%
Cukup	10	25,0%
Kurang	21	52,5%
Total	40	100%

(Sumber : Data Primer, 2023)

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa gambaran pola makan pada lansia yang mengalami asam urat di Posyandu Lansia RW 08 Betek Kecamatan Klojen Kota Malang sebagian besar kurang sejumlah 21 lansia (52,5%).

Tabel 4. 3 Rekapitulasi Pernyataan Kuisisioner

No	Pernyataan	Ya		Tidak		Jumlah	
		f	%	f	%	f	%
1	Apakah sering makan kerang atau udang?	20	50%	20	50%	40	100%
2	Apakah sering makan daging, ayam, ikan, tongkol, tenggiri, bandeng?	29	72,5%	11	27,5%	40	100%
3	Apakah sering makan tahu, tempe?	29	72,5%	11	27,5%	40	100%
4	Apakah sering makan kacang-kacangan?	21	52,5%	19	47,5%	40	100%
5	Apakah sering makan bayam, buncis, kembang kol, kangkung?	25	62,5%	15	37,5%	40	100%
6	Apakah sering makan jamur?	12	30%	28	70%	40	100%
7	Apakah sering makan otak, hati, jerohan?	4	10%	36	90%	40	100%
8	Apakah makan kerang, udang >50 gram/hari?	8	20%	32	80%	40	100%
9	Apakah makan daging, ayam, ikan, tongkol, tenggiri, bandeng >50 gram/hari?	25	62,5%	15	37,5%	40	100%
10	Apakah makan tahu, tempe >50 gram/hari?	25	62,5%	15	37,5%	40	100%
11	Apakah makan kacang-kacangan >25 gram/hari?	16	40%	24	60%	40	100%
12	Apakah makan bayam, buncis, kembang kol, kangkung >100 gram/hari?	17	42,5%	23	57,5%	40	100%
13	Apakah makan jamur >100 gram/hari?	5	12,5%	35	87,5%	40	100%
14	Apakah makan otak, hati, jerohan >100 gram/hari?	4	10%	36	90%	40	100%
15	Apakah makan kerang, udang >3x/minggu?	15	37,5%	25	62,5%	40	100%
16	Apakah makan daging, ayam, ikan, tongkol, tenggiri, bandeng >3x/minggu?	20	50%	20	50%	40	100%
17	Apakah makan tahu, tempe >3x/minggu?	19	47,5%	21	52,5%	40	100%
18	Apakah makan kacang-kacangan >3x/minggu?	13	32,5%	27	67,5%	40	100%
19	Apakah makan bayam, buncis, kembang kol, kangkung >3x/minggu?	22	55%	18	45%	40	100%
20	Apakah makan jamur >3x/minggu?	7	17,5%	33	82,5%	40	100%
21	Apakah makan otak, hati, jerohan >3x/minggu?	1	2,50%	39	97,5%	40	100%

Tabel 4. 4 Tabulasi Silang Data Umum dan Data Khusus

No	Data	Gambaran Pola Makan						Total	
		Baik		Cukup		Kurang			
		f	%	f	%	f	%	Jml	%
Umur									
1	45-59 tahun (Usia Pertengahan)	9	69,2%	4	30,8%	0	0%	13	100%
2	60-74 tahun (Lanjut Usia)	0	0%	6	23%	20	77%	26	100%
3	75-90 tahun (Lanjut Usia Tua)	0	0%	0	0%	1	100%	1	100%
4	>90 tahun (Usia Sangat Tua)	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
Pendidikan									
1	Tamat SD	0	0%	4	20%	16	80%	20	100%
2	SMP	8	42,1%	6	31,6%	5	26,3%	19	100%
3	SMA	1	100%	0	0%	0	0%	1	100%
4	PT	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
Jenis Kelamin									
1	Laki-laki	6	27,3%	4	18,2%	12	54,5%	22	100%
2	Perempuan	3	16,7%	6	33,3%	9	50%	18	100%
Pekerjaan									
1	Bekerja	9	33,3%	7	26%	11	40,7%	27	100%
2	Tidak Bekerja	0	0%	3	23%	10	77%	13	100%
Informasi									
1	Pernah	9	22,5%	10	25%	21	52,5%	40	100%
2	Tidak Pernah	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
Sumber Informasi									
1	Petugas Kesehatan	6	20,7%	5	17,2%	18	62,1%	29	100%
2	Majalah	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
3	Radio/TV	1	11,1%	5	55,6%	3	33,3%	9	100%
4	Internet	2	100%	0	0%	0	0%	2	100%
Kadar Asam Urat									
1	Tinggi (Laki-laki : >7,0, Perempuan : 6,0)	9	22,5%	10	25%	21	52,5%	40	100%
2	Normal (Laki-laki : 3,4-7,0, Perempuan : 2,4-6,0)	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%

Berdasarkan tabel 4.3 tabulasi silang data umum dan data khusus hampir seluruhnya yang berusia 60-74 tahun (Lanjut Usia) sejumlah 20 lansia (77%) menunjukkan pola makan kurang. Riwayat pendidikan responden yang tamat SD hampir seluruhnya menunjukkan pola makan yang kurang sejumlah 16 lansia (80%). Lansia yang bejenis kelamin laki-laki sejumlah 12 lansia (54,5%) sebagian besar menunjukkan pola makan kurang. Status pekerjaan lansia yang bekerja hampir setengahnya sejumlah 11 lansia (40,7%) menunjukkan pola makan yang kurang. Dari keseluruhan lansia yang pernah mendapat riwayat menerima informasi tentang asam urat sebagian besar menunjukkan pola makan kurang sejumlah 21 lansia (52,5%). Sumber informasi yang didapatkan dari petugas kesehatan mengenai asam urat sejumlah 18 lansia (62,1%) sebagian besar menunjukkan pola makan kurang. Untuk lansia dengan kadar asam urat tinggi sebagian besar sejumlah 21 lansia (52,5%) yang menunjukkan pola makan kurang.

4.2 Pembahasan

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa gambaran pola makan pada lansia yang mengalami asam urat sebagian besar responden memiliki pola makan yang kurang sejumlah 21 lansia (52,5%). Pada tabel 4.3 menunjukkan bahwa sejumlah 29 lansia (72,5%) sebagian besar masih sering makan makanan yang mengandung purin seperti daging, ayam, ikan, tongkol, tenggiri, bandeng, serta tahu dan tempe. Penyakit asam urat sangat erat kaitannya dengan pola makan. Umumnya karena pola makan yang tidak seimbang (jumlah asupan purin yang cukup tinggi) (Sutiono dan Hatmanto, 2018). Pola makan yang tidak seimbang terutama makanan dengan kandungan purin yang tinggi dapat meningkatkan kadar asam urat di dalam darah (Fitriana, 2015). Peneliti berpendapat bahwa responden saat ini masih belum dapat memenuhi diet yang tepat, ditunjukkan dengan pola makan responden yang masih sering mengonsumsi makanan yang mengandung purin.

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa keseluruhan responden sejumlah 40 lansia (100%) menunjukkan kadar asam urat yang tinggi. Pada data tabulasi silang (tabel 4.4) didapatkan sebagian besar dari seluruh lansia yang mengalami asam urat memiliki pola makan yang kurang sejumlah 21 lansia (52,5%). Penyakit asam urat merupakan sejenis penyakit yang menyerang sendi otot atau peradangan pada sendi otot. Hal ini dapat disebabkan tiga faktor pemicu yaitu genetik, hormonal, gaya hidup yang kurang sehat seperti pola makan kurang baik yaitu sering mengonsumsi makanan tinggi purin (Dewi dan Afridah, 2018). Secara

garis besar bahwa purin didapatkan dari makanan, jika pola makan tidak dirubah kadar asam urat dalam darah yang berlebihan akan menimbulkan menumpuknya kristal asam urat, apabila kristal terbentuk dalam cairan sendi maka akan terjadi serangan nyeri yang hebat dan timbul secara mendadak (Dungga, 2022). Menurut peneliti kadar asam urat responden yang tinggi dikarenakan responden masih belum dapat menjaga pola makan yang benar, terutama makanan yang banyak mengandung zat purin, makanan yang mengandung zat purin jika dikonsumsi secara berlebihan akan mengakibatkan penumpukan zat purin dalam darah sehingga bisa menyebabkan asam urat.

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur 60-74 tahun yakni 26 lansia (65,0%). Data tabulasi silang (tabel 4.4) menunjukkan bahwa hampir seluruhnya dari responden yang berumur 60-74 tahun memiliki pola makan kurang sejumlah 20 lansia (77%). Penyakit asam urat termasuk penyakit degeneratif yang menyerang persendian, paling sering dijumpai kalangan masyarakat terutama dialami pada lansia (Emiliana dkk., 2021). Asam urat meningkat pada lansia disebabkan karena perubahan gaya hidup, semakin mudahnya mendapatkan makanan siap saji seperti seafood membuat konsumsi sayuran dan serat berkurang (Saputra dan Nurdian, 2019). Peneliti berpendapat bahwa teori dan fakta diatas menunjukkan bahwa seiring bertambahnya usia semakin beresiko terkena asam urat yang dapat disebabkan karena penurunan daya tahan tubuh sekaligus pola makan yang kurang diperhatikan.

Berdasarkan data tabulasi silang (tabel 4.4) menunjukkan bahwa riwayat pendidikan responden yang tamat SD hampir seluruhnya menunjukkan pola makan yang kurang sejumlah 16 lansia (80%). Faktor yang mempengaruhi pola makan juga berhubungan dengan Pendidikan yang biasanya dikaitkan dengan pengetahuan, akan berpengaruh terhadap pemilihan bahan makanan dan pemenuhan kebutuhan gizi (Sulistyoningsih, 2010). Seseorang yang mempunyai tingkat pendidikan yang lebih tinggi biasanya akan lebih termotivasi karena sudah mempunyai wawasan yang lebih luas dibandingkan dengan seseorang yang lebih rendah tingkat pendidikannya, demikian juga sebaliknya jika tingkat pendidikan yang dimilikinya tidak digunakan secara maksimal maka seseorang tersebut mempunyai motivasi yang rendah (Wawan, 2010). Peneliti berpendapat bahwa lansia dengan tingkat pendidikan yang rendah dapat mengurangi motivasi lansia dalam menjaga pola makan dan kurangnya pemahaman mengenai makanan yang perlu dihindari dan dibatasi.

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa lansia yang berjenis kelamin laki-laki sejumlah 12 lansia (54,5%) sebagian besar menunjukkan pola makan kurang. Penyakit asam urat terjadi terutama pada laki-laki, mulai dari usia pubertas hingga mencapai puncak usia 40-50 tahun, sedangkan pada perempuan, persentase asam urat mulai didapati setelah memasuki masa menopause (Jilli, 2016). Laki-laki cenderung menyukai makanan yang tinggi lemak, karbohidrat, protein, gula dan alkohol, sedangkan perempuan lebih menyukai makanan seperti buah, sayur dan produk rendah lemak sehingga tidak heran jika terjadi defisiensi

makronutrien pada wanita (Anis dkk., 2019). Peneliti berpendapat bahwa jenis kelamin cukup berpengaruh pada munculnya asam urat ditambah dengan kecenderungan memakan makanan yang tinggi purin.

Pada tabel 4.4 menunjukkan bahwa status pekerjaan lansia yang bekerja hampir setengahnya sejumlah 11 lansia (40,7%) menunjukkan pola makan yang kurang. Pekerjaan yang membutuhkan aktivitas fisik secara berlebihan dan dilakukan terus menerus dapat menyebabkan penurunan ekskresi asam urat sehingga sangat rentan terkena penyakit Gout (Astuti dan Widari, 2022). Jam kerja yang tidak teratur dan tempat yang tidak menentu sehingga mengacu pada pola makan pekerja yang cenderung sembarangan (Shafitra dkk., 2020). Peneliti berpendapat bahwa pekerjaan dengan aktivitas berat serta kurang teraturnya jam kerja dapat berpengaruh pada pola makan yang kurang baik sehingga dapat menyebabkan penurunan ekskresi purin dan peningkatan produksi asam urat dalam tubuh.

Berdasarkan data tabulasi silang (tabel 4.4) menunjukkan bahwa dari keseluruhan lansia yang pernah mendapat riwayat menerima informasi tentang asam urat sebagian besar menunjukkan pola makan kurang sejumlah 21 lansia (52,5%). Kurangnya pengetahuan lansia tentang asam urat diduga berdampak pada perilaku lansia terkait pola hidup sehat, misalnya pemilihan makanan yang boleh dan tidak boleh untuk asam urat serta keinginan untuk memeriksakan kesehatan khususnya pengecekan asam urat. Kurang pengetahuan tersebut berhubungan dengan tingkat pendidikan lansia atau keterpaparan lansia tentang informasi-informasi

terkait dengan penyakit asam urat (Prastyawati dkk., 2021). Peneliti berpendapat bahwa responden sudah mendapat informasi yang cukup mengenai asam urat, namun masih kurang patuh dalam menjalankan diet asam urat dikarenakan kurangnya motivasi untuk menjaga pola makan.

Tabel 4.4 menunjukkan bahwa sumber informasi yang didapatkan dari petugas kesehatan mengenai asam urat sejumlah 18 lansia (62,1%) sebagian besar menunjukkan pola makan kurang. Lansia yang memperoleh informasi dari tenaga kesehatan akan lebih mendengarkan karena mereka dapat mengadaptasi pengetahuan yang mereka peroleh (Prastyawati dkk., 2021). Peneliti berpendapat bahwa responden sudah mendapat sumber informasi dari petugas kesehatan secara jelas, namun masih belum dapat menjaga pola makan dengan baik.

