

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Pada bab ini akan disajikan data mengenai hasil penelitian dari pengumpulan data yang diperoleh pada tanggal 22 Maret 2023. Hasil penelitian ini data umum meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan terakhir, riwayat menderita gout arthritis, frekuensi hari dan menit dalam melakukan aktivitas dan data khusus tentang gambaran aktivitas fisik lansia pada penderita gout arthritis di posyandu lansia RW 08 Betek Kota Malang yang disajikan dalam bentuk tabel.

4.1.1 Deskripsi 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. Jarak posyandu dengan rumah penulis sekitar 50 meter dan lansia yang datang chek up di posyandu merupakan tetangga penulis sehingga penulis kurang lebih mengetahui bahwa terdapat beberapa lansia yang menderita asam urat.

4.1.2 Deskripsi Karakteristik Subjek Penelitian

Dalam sub bab ini akan dibahas hasil penelitian tentang gambaran aktivitas fisik lansia pada penderita gout arthritis di posyandu lansia RW 08 Betek Kota Malang yang terdiri dari :

1. Data Umum

Distribusi frekuensi berdasarkan data umum yang meliputi jenis kelamin, usia, pendidikan terakhir, riwayat menderita gout arthritis, frekuensi hari dan menit dalam melakukan aktivitas pada tabel 4.1 sebagai berikut :



Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Data Umum
Lansia daerah Betek RW 08 Kota Malang

No	Data Umum	Frekuensi	Presentase %
Jenis Kelamin			
1	Laki-Laki	13	32,5
2	Perempuan	27	67,5
	Jumlah	40	100
Usia			
3	55-65 tahun	14	35
4	66-75 tahun	10	25
5	76-85 tahun	11	27,5
6	<85 tahun	5	12,5
	Jumlah	40	100
Pendidikan			
7	SD	19	47,5
8	SMP	13	32,5
9	SMA/SMK	8	20
	Jumlah	40	100
Riwayat Menderita Asam Urat			
10	± 1 tahun	3	7,5
11	± 2 tahun	15	35
12	± 3 tahun	8	20
13	± 4 tahun	6	17,5
14	± 5 tahun	3	7,5
15	± 6 tahun	4	10
16	± 8 tahun	1	2,5
	Jumlah	40	100

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 4.1 diperoleh sebagian besar (67,5%) berjenis kelamin perempuan sebanyak 27 orang dan hampir setengahnya (32,5%) berjenis kelamin laki-laki sebanyak 13 orang. Usia hampir setengahnya (35%) berumur 55-65 tahun sebanyak 14 orang, hampir sebagian (27,5%) berusia 76-85 tahun sebanyak 11

orang, dan sebagian kecil (25%) berusia 66-75 tahun sebanyak 10 orang, sebagian kecil (12,5%) berusia <85 tahun sebanyak 5 orang. Pendidikan hampir setengahnya (47,5%) pendidikan terakhir SD sebanyak 19 orang, hampir setengahnya pendidikan terakhir SMP (32,5%) sebanyak 13 orang, dan sebagian kecil (20%) pendidikan terakhir SMA/SMK sebanyak 8 orang. Lansia yang menderita riwayat asam urat hampir setengahnya (35%) memiliki riwayat asam urat ± 2 tahun sebanyak 15 orang, dan sebagian kecil (20%) memiliki riwayat asam urat ± 3 tahun sebanyak 8 orang, (17,5%) memiliki riwayat asam urat ± 4 tahun sebanyak 6 orang, (10%) memiliki riwayat asam urat ± 6 tahun sebanyak 4 orang, (7,5%) memiliki riwayat asam urat ± 1 tahun sebanyak 3 orang, (7,5%) memiliki riwayat asam urat ± 5 tahun sebanyak 3 orang, (2,5%) memiliki riwayat asam urat ± 8 tahun sebanyak 1 orang.

2. Data Khusus

Data khusus merupakan karakteristik responden yang diamati yaitu gambaran aktivitas fisik lansia pada penderita gout arthritis di posyandu lansia RW 08 Betek Kota Malang. Dstribusi frekuensi berdasarkan gambaran aktivitas fisik lansia pada penderita Gout Arthritis di posyandu lansia RW 08 Betek seperti pada tabel 4.2 sebagai berikut :

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Gambaran Aktivitas Fisik Lansia Pada Penderita Gout Arthritis Di Posyandu Lansia RW 08 Betek Kota Malang

No	Gambaran Aktivitas Fisik	Frekuensi	Presentase %
1	Aktivitas Fisik Tinggi	7	17,5
2	Aktivitas Fisik Sedang	9	22,5
3	Aktivitas Fisik Rendah	24	60
	Jumlah	40	100

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 4.2 diperoleh Sebagian besar mengalami aktivitas fisik rendah sebanyak 24 orang (60%). Sebagian kecil mengalami aktivitas fisik sedang sebanyak 9 orang (22,5%). Sebagian kecil mengalami aktivitas fisik tinggi sebanyak 7 orang (17,5 %).

3. Data Tabulasi Silang

Tabel 4.3 Tabulasi Silang Data Umum Dan Data Khusus
Responden di Posyandu Lansia RW 08 Betek
Kota Malang

Data Umum	Aktivitas Fisik						Jumlah	
	Tinggi		Sedang		Rendah		f	%
	F	%	F	%	f	%		
Jenis Kelamin								
Laki-Laki	6	15	3	7,5	4	10	13	32,5
Perempuan	1	2,5	6	15	20	50	27	67,5
Usia								
55-65 tahun	6	15	6	15	2	5	14	35
66-75 tahun	0	0	1	2,5	10	25	11	27,5
76-85 tahun	1	2,5	2	5	7	17,5	10	25
< 86 tahun	0	0	0	0	5	12,5	5	12,5
Pendidikan								
SD	3	7,5	3	7,5	13	32,5	19	47,5
SMP	2	5	4	10	8	20	14	35
SMA	2	5	2	5	3	7,5	7	17,5
Riwayat Menderita Asam Urat								
± 1 tahun	2	5	0	0	2	5	4	10
± 2 tahun	2	5	4	10	8	20	14	35
± 3 tahun	1	2,5	1	2,5	6	15	8	20
± 4 tahun	2	5	2	5	3	7,5	7	17,5
± 5 tahun	0	0	1	2,5	2	5	3	7,5
± 6 tahun	0	0	1	2,5	2	5	3	7,5
± 8 tahun	0	0	0	0	1	2,5	1	2,5

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 4.3 di atas diperoleh data Sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 20 orang (50%) dapat melakukan aktivitas rendah. Pada usia sebagian kecil berusia 66-75 tahun sebanyak 10 orang (25%) dapat melakukan aktivitas rendah. Pada pendidikan hampir setengahnya berpendidikan SD sebanyak 13 orang (32,5%) dapat melakukan aktivitas rendah. Pada lansia yang memiliki riwayat asam urat sebagian besar memiliki riwayat asam urat ± 1 tahun sampai ± 8 tahun sebanyak 24 orang (60%) dapat melakukan aktivitas rendah.

4.2 Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian bahwa gambaran aktivitas fisik lansia pada penderita gout arthritis di RW 08 Betek Kota Malang bahwa sebagian besar 60% mengalami aktivitas fisik ringan sebanyak 24 orang 22,5% mengalami aktivitas fisik sedang sebanyak 9 orang, 17,5% mengalami aktivitas fisik berat sebanyak 7 orang.

Berdasarkan tabel 4.2 hasil penelitian yang telah dilakukan pada aktivitas fisik lansia penderita gout arthritis di posyandu lansia RW 08 Betek Kota Malang, sebagian kecil aktivitas fisik tinggi 17,5% sebanyak 7 orang.

Menurut Dwi A (2019) pada usia 55 tahun keatas tubuh masih mampu menyesuaikan diri dengan aktivitas fisik yang berat. Hal ini berkaitan dengan kebanyakan pada usia 55 tahun keatas karena faktor pekerjaan sehingga harus menonjolkan

kemampuannya dalam pemenuhan aktivitas fisik berat sehingga mendorong lansia agar tetap melakukan aktivitas fisik. Hal ini sejalan dengan tabel 4.3 bahwa sebagian kecil yaitu sebanyak 6 lansia (15%) yang berusia 55-65 tahun. Menurut Sinta (2020) terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi aktivitas fisik salah satunya yaitu lansia yang memiliki riwayat kadar asam urat, hal ini sejalan dengan tabel 4.3 bahwa sebagian kecil (2,5%) yaitu sebanyak 1 lansia memiliki riwayat penyakit asam urat \pm 3 tahun. Namun saat terjadi reaksi asam urat, bukan berarti pengidap harus membatasi aktivitas sama sekali apalagi tidak berolahraga. Aktivitas fisik dapat dilakukan secara teratur.

Dari data yang diperoleh tersebut, aktivitas fisik yang teratur dapat menyebabkan pengeluaran tenaga yang sangat penting bagi pemeliharaan kesehatan fisik, serta mempertahankan kualitas hidup agar tetap sehat dan bugar sepanjang hari. Bagi lansia yang berusia 55-65 tahun masih aktif melakukan aktivitas tinggi seperti bekerja, mengangkat benda berat, berjalan jauh. Hal ini dikarenakan pada usia tersebut kekuatan otot lansia belum ada penurunan dan juga terbiasa melakukan kegiatan tersebut di setiap harinya baik perempuan maupun laki-laki. Bagi lansia yang berumur 55-65 tahun kebanyakan masih menganggap sepele mengenai riwayat asam urat, lansia tidak terlalu mepedulikan jika terjadi tanda gejala yang biasa muncul saat asam urat tinggi, lansia yang bekerja hanya memberikan pijatan atau berhenti sebentar

saat lansia sedang bekerja atau beraktivitas fisik gejala tersebut kambuh. Maka peneliti menyarankan untuk memilih aktivitas yang berdampak ringan saat gejala tersebut kambuh.

Berdasarkan tabel 4.2 hasil penelitian yang telah dilakukan pada aktivitas fisik lansia penderita gout arthritis di posyandu lansia RW 08 Betek Kota Malang, sebagian kecil aktivitas fisik sedang 22,5% sebanyak 9 orang.

Menurut Maryam (2017) terdapat perbedaan aktivitas fisik pada lansia laki-laki dan perempuan, seperti laki laki dengan usia lebih dari 65 tahun dan yang tidak bekerja akan lebih sedikit melakukan aktivitas dan kebanyakan hanya duduk bersantai menonton TV atau baca koran. Hal ini berbeda dengan perempuan walaupun sudah memasuki masa usia lanjut dia akan tetap melakukan aktivitas fisik di dalam rumah tangga seperti memasak, berbelanja, menyiapkan makanan, bersihkan rumah, dan juga menjahit. Hal ini sejalan dengan tabel 4.3 bahwa sebagian kecil yaitu sebanyak 6 lansia (15%) yang berjenis kelamin perempuan. Menurut Dyah (2020) orang yang sudah lanjut usia atau lansia rentang mengalami asam urat terutama pada wanita setelah menopause, bahkan tak jarang banyak lansia yang sudah memiliki riwayat asam urat sejak masih muda. Pengidap asam urat atau lansia yang memiliki riwayat asam urat harus tetap aktif melakukan kegiatan sehari hari nya, setiap menit aktivitas akan sangat berarti, dan aktivitas apapun lebih baik daripada tidak beraktivitas sama sekali. Hal ini sejalan

dengan tabel 4.3 bahwa sebagian kecil (5%) yaitu sebanyak 2 lansia memiliki riwayat penyakit asam urat \pm 4 tahun dan sebagian kecil (2,5%) yaitu sebanyak 1 lansia memiliki riwayat penyakit asam urat \pm 3 tahun.

Dari data yang diperoleh tersebut, lansia yang memiliki riwayat penyakit asam urat baik perempuan maupun laki-laki. Lansia perlu menjaga aktivitas fisik karena memiliki banyak manfaat bagi kesehatan fisiknya. Pada lansia yang memiliki riwayat asam urat harus tetap menjaga aktif melakukan aktivitas fisik secara bertahap dan harus menyesuaikan kemampuan dan kondisi manula tersebut saat ingin berolahraga atau beraktivitas fisik serta aktivitas yang dilakukan tidak berlebihan.

Berdasarkan tabel 4.2 hasil penelitian yang telah dilakukan pada aktivitas fisik lansia penderita gout arthritis di posyandu lansia RW 08 Betek Kota Malang, sebagian kecil aktivitas fisik rendah 60% sebanyak 24 orang.

Menurut Sulistiono (2018), yang menyatakan bahwa usia dapat mempengaruhi kualitas dan kuantitas aktivitas fisik seseorang yang terkait dengan aktivitas fisik sehari-hari. Hal ini disebabkan karena bertambahnya usia akan disertai penurunan kapasitas fisik yang berupa masa dan kekuatan otot, laju denyut jantung maksimal, peningkatan lemak tubuh, dan penurunan fungsi otak. Dan menurut teori Muzamil (2017) faktor usia sangat berpengaruh terhadap kemampuan aktivitas fisik. Semakin

meningkatnya umur, kemampuan beraktivitas juga akan berkurang antara 30% - 50%. Hal ini sejalan dengan tabel 4.3 yaitu sebagian kecil lansia berusia 76-85 tahun (17,5%) sebanyak 7 lansia, lansia berusia <86 tahun sebagian kecil (12,5%) sebanyak 5 lansia. Menurut Febrianti (2019) orang yang menderita asam urat tidak harus membatasi aktivitas fisik sama sekali. Sebaliknya, aktivitas fisik secara teratur dapat membantu mengurangi rasa sakit akibat asam urat, meningkatkan pergerakan, dan membuat tubuh lebih berenergi. Beberapa aktivitas yang biasanya dilakukan pada lansia berusia lebih dari 70 tahun yaitu berjalan kaki santai, naik dan turun tangga, mencuci piring, dan aktivitas ringan lainnya. Pengidap asam urat juga dapat melakukan aktivitas fisik yang efektif yakni dengan melakukan aktivitas yang aman dan tidak terbebani dalam melakukannya. Hal ini sejalan dengan tabel 4.3 yaitu sebagian kecil (20%) sebanyak 8 lansia memiliki riwayat penyakit asam urat \pm 2 tahun, sebagian kecil (7,5%) sebanyak 3 lansia memiliki riwayat penyakit asam urat \pm 4 tahun, sebagian kecil (2,5%) sebanyak 1 lansia memiliki riwayat penyakit asam urat \pm 8 tahun.

Dari data yang diperoleh tersebut, semakin tinggi usia seseorang maka kemampuan akan semakin menurun sehingga lansia dapat mengakibatkan timbulnya penurunan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Pada lansia yang memiliki riwayat asam urat diharapkan lansia tetap aktif melakukan kegiatan harian

dilakukan secara teratur dengan durasi serta intensitas yang cukup dapat meningkatkan kegiatan aktivitas fisik terhadap lansia.

