

**GAMBARAN KADAR ASAM URAT DENGAN KEBIASAAN
MEMINUM WEDANG JAHE PADA LANSIA DI KELURAHAN
PAGAR DEWA
RW 05 KOTA BENGKULU**

Meizi Ananda Putri¹⁾, Heru Laksono²⁾, dan Guntur Baruara³⁾

¹Prodi DIII Teknologi Laboratorium Medis, Politeknik Kesehatan
Kemenkes Bengkulu

²Dosen Prodi DIII Teknologi Laboratorium Medis, Politeknik Kesehatan

Bengkulu E-mail: heru@poltekkesbengkulu.ac.id

ABSTRACT

Gout, also known as gout, is a disease that occurs due to the accumulation of excess purine, either due to increased production, decreased excretion through the kidneys or due to increased intake of foods high in purine. Elderly people are people over 60 years old. Problems that often occur in the elderly are: Behavior, Psychosocial Changes, Reduction of Physical Activity and Mental Health. Ginger is a spice that is often used in everyday life. Ginger contains the active substances shogaol and gingerol which function as anti-inflammatory, anticancer and antitumor. This research uses a descriptive method and the samples in this research were taken using a purposive sampling technique with a total of 34 sample respondents examined using the Spectrophotometer method. Based on this research, it was found that the majority of respondents had normal uric acid levels of (85.30%), low uric acid levels of (11.76%), and high uric acid levels of (2.94%).

Keywords: Gout, Elderly, Ginger.

ABSTRAK

Asam urat disebut juga penyakit gout adalah penyakit yang terjadi karena adanya penumpukan purin berlebih, baik akibat produksi yang meningkat, pembuangan melalui ginjal yang menurun atau akibat peningkatan asupan makan tinggi purin. Lansia merupakan orang dengan usia lebih dari 60 tahun. Masalah yang sering terjadi pada lansia yaitu : Perilaku, Perubahan Psikososial, Pengurangan Aktivitas Fisik dan Kesehatan Mental. Jahe merupakan rempah – rempah yang sering digunakan dalam kehidupan sehari – hari. Jahe mengandung zat aktif shogaol dan gingerol yang berfungsi untuk anti inflamasi, antikanker, dan antitumor. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dan sampel dalam penelitian ini diambil dengan teknik purposive sampling dengan total 34 sampel responden diperiksa menggunakan metode Spektrofotometer. Berdasarkan Penelitian ini didapatkan sebagian besar responden memiliki kadar asam urat normal sebesar (85,30%), kadar asam urat rendah sebesar (11,76%), dan kadar asam urat tinggi sebesar (2,94%).

Kata Kunci : Asam Urat, Lansia, Jahe.

Pendahuluan

Gout adalah penyakit yang terjadi karena adanya penumpukan purin yang berlebih, baik akibat produksi yang meningkat, pembuangan melalui ginjal yang menurun atau akibat peningkatan asupan makan tinggi purin, gout ditandai dengan serangan yang berulang dari *arthritis* (peradangan sendi) yang akut, kadang disertai pembentukan kristal natrium urat besar yang dinamakan *tophus*, *deformitas*, dan cedera pada ginjal (Afnuhazi, 2019). Berdasarkan perbandingan penyakit *Gout* yang meningkat pada usia diatas 60 tahun maka para lansia memiliki sistem kerja tubuh yang semakin menurun serta masih banyaknya pola hidup dan pola makan yang buruk pada lansia (Harlina, 2020).

Berdasarkan data *World Health Organization* (2018), Jumlah keseluruhan kasus penyakit asam urat atau *gout arthritis* di dunia sebanyak 355.000.000 orang (Arpiana, 2018). Penyakit Asam Urat atau *Gout Arthritis* biasa terjadi di negara maju seperti Amerika. Kasus *gout arthritis* di Amerika sebesar 26,3% dari total keseluruhan penduduk. Organisasi WHO menyatakan populasi data pengidap Asam Urat di Indonesia mencapai 81% sehingga indonesia termasuk negara dengan urutan tertinggi penderita *Gout Arthritis* di Asia. Penyakit Asam urat atau *Gout Arthritis* memiliki kurva yang selalu meningkat disetiap tahunnya (Harlina, 2020).

Faktor pemicu terjadinya *Gout Arthritis* digolongkan menjadi dua yaitu terkontrol dan sulit terkontrol (Syarifah, 2018). Faktor tersebut kemudian dipecah menjadi faktor predisposisi, primer, dan sekunder.

Faktor primer terjadi karena adanya keturunan, faktor sekunder dapat terjadi karena tingginya produksi asam urat atau adanya masalah pada proses eksresi asam urat, sedangkan jenis kelamin, usia dan iklim merupakan hal yang mempengaruhi terjadinya faktor predisposisi (Putri, 2017).

Masalah yang sering terjadi pada lansia adalah kehilangan masa organ tubuh seperti tulang dan otot, sedangkan jumlah lemak meningkat, peningkatan jumlah lemak merupakan pemicu timbulnya penyakit kardiovaskuler, diabetes mellitus, tekanan darah tinggi, dan penyakit degenerative lainnya seperti Hiperurisemia (Sri Anjani, 2018).

Langkah yang bisa dilakukan untuk mencegah terjadinya asam urat adalah dengan meningkatkan pengetahuan kepada lansia tentang pola makan yang sehat sehingga mengurangi terjadinya peningkatan asam urat (Fadlilah & Sucipto, 2018). Lansia disarankan dapat mengontrol konsumsi makanan tinggi purin serta penderita asam urat dianjurkan mengkonsumsi lebih banyak karbohidrat kompleks seperti : nasi, singkong, ubi dan tidak mengkonsumsi minuman beralkohol serta konsumsi air putih yang sesuai dengan kebutuhan harian tubuh. (Arpiana, 2018).

Salah satu alternatif lain yang bisa digunakan oleh masyarakat dengan menggunakan tanaman herbal, Jahe Merah (*Zingiber Officinale Roscoe*) digunakan sebagai obat secara turun-temurun karena memiliki kandungan *gingerol* dan *shogaol* yang berfungsi sebagai obat *analgetik*,

dan anti *inflamasi* yang dapat menurunkan kadar asam urat (Lamtiur, 2019).

Menurut penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Agung Triyono (2019) tentang Pengaruh pemberian ekstrak Jahe Merah Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis Di Desa Padangan Kecamatan Ngatru Kabupaten Tulungan menyatakan bahwa adanya penurunan kadar asam urat dalam darah setelah pemberian ekstrak jahe merah sebanyak 200 ml sesudah makan. Penelitian yang dilakukan oleh Lamtiur (2019) tentang Manfaat jahe Merah (*Zingiber Officinale Roscoe*) Terhadap Kadar Asam Urat di Universitas Lampung juga menyatakan adanya penurunan kadar asam urat setelah meminum jahe merah.

Berdasarkan Data Kependudukan Kota Bengkulu Tahun 2022, Pagar Dewa merupakan kelurahan yang paling banyak memiliki penduduk lansia di kota Bengkulu dibandingkan dengan kelurahan yang lain yaitu sebanyak 1.411 orang. Kelurahan pagar dewa tersebar pada 8 Rw, Rw yang memiliki penduduk lansia terbanyak yaitu Rw.05 dengan jumlah 140 orang, untuk itu peneliti melakukan penelitian pada Rw.05.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada bulan November 2022 hingga bulan Mei 2023 di Laboratorium Jurusan Analis Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang tinggal di Kelurahan Pagar Dewa Rw 05 Kota Bengkulu sebanyak 34 Responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah selesai dilakukan pengolahan data secara deskriptif didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 4.1 Rata – Rata Gambaran Kadar Asam Urat Dengan Kebiasaan Meminum Wedang Jahe Pada Lansia Di Kelurahan Pagar Dewa Rw 05 Kota Bengkulu Tahun 2023.

Nilai Asam Urat	Nilai Minimal Kadar Asam Urat (mg/dL)	Nilai Maksimal Kadar Asam Urat (mg/dL)	Rata - Rata Kadar Asam Urat (mg/dL)
Kadar Asam Urat Dengan Kebiasaan Meminum Wedang jahe	1,7	8,9	4,285294

Berdasarkan tabel 4.1 didapatkan hasil nilai rata – rata gambaran kadar asam urat dengan kebiasaan meminum wedang jahe pada lansia di Kelurahan Pagar Dewa Rw 05 Kota Bengkulu yaitu, Nilai Minimal Kadar Asam Urat 1,7 mg/dL, Nilai Maksimal Kadar Asam Urat 8,9 mg/dL, Nilai Rata – Rata Kadar Asam Urat 4,28 mg/dL.

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Frekuensi Meminum Wedang Jahe Pada Lansia Di Kelurahan Pagar Dewa Rw 05 Kota Bengkulu.

Kebiasaan Meminum Wedang Jahe	Frekuensi (Orang)	Persentase (%)
4-5 kali/minggu	5	14,70
2-3 kali/minggu	29	85,30
<Sekali/minggu	0	0
Jumlah	34	100

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukan nilai distribusi frekuensi yang didapatkan yaitu hampir seluruh responden memiliki frekuensi kebiasaan meminum wedang jahe sebanyak 2-3 kali/minggu dengan persentase 85,30(%), sebagian kecil responden memiliki frekuensi kebiasaan meminum wedang jahe sebanyak 4-5 kali/minggu dengan persentase 14,70(%).

Tabel 4.3 Rata – Rata Asam Urat Berdasarkan Usia Pada Lansia Di Kelurahan Pagar Dewa Rw 05 Kota Bengkulu

Variabel	Mean	Median	Modus
Usia	64,47059	64 Tahun	60 Tahun

Berdasarkan Tabel 4.3 Diketahui bahwa nilai rata – rata berdasarkan usia di Kelurahan Pagar Dewa Rw 05 Kota Bengkulu yaitu : 64,47 tahun, Nilai Tengah yaitu usia 64 tahun, dan Nilai Modus yaitu usia 60 tahun.

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Lansia Di Kelurahan Pagar Dewa Rw 05 Kota Bengkulu.

Jenis Kelamin	Frekuensi (Orang)	Persentase (%)
Perempuan	24	70,59
Laki – Laki	10	29,41
Jumlah	34	100

Berdasarkan Tabel 4.4 menunjukkan bahwa nilai distribusi frekuensi yang didapatkan berdasarkan jenis kelamin yaitu, hampir seluruh responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 70,59 (%), hampir setengah responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 29,41(%).

Pembahasan

Asam Urat merupakan penyakit yang terjadi karena terjadinya penumpukan purin yang berlebih dan pola hidup yang kurang sehat. Asam urat meningkat pada usia diatas 60 tahun karena pada usia tersebut terjadinya penurunan sistem kerja tubuh dan pola makan yang sehat (Harlina, 2020).

Asam Urat merupakan penyakit yang terjadi karena terjadinya penumpukan purin yang berlebih dan pola hidup yang kurang sehat. Asam urat meningkat pada usia diatas 60 tahun karena pada usia tersebut terjadinya penurunan sistem kerja tubuh dan pola makan yang sehat (Harlina, 2020).

Penelitian tentang Gambaran Kadar Asam Urat Dengan Kebiasaan Meminum Wedang Jahe Pada Lansia Di Kelurahan Pagar Dewa Rw 05 Kota Bengkulu dilakukan terhadap 34 responden. Hasil menunjukkan bahwa hampir

sebagian besar responden memiliki kadar asam urat normal sebanyak 29 responden dengan persentase (85,30%), sebagian kecil responden memiliki kadar asam urat rendah sebanyak 4 responden dengan persentase (11,76%), dan sebagian kecil responden memiliki kadar asam urat tinggi sebanyak 1 responden dengan persentase (2,95%).

Pada penelitian ini didapatkan Nilai Rata - Rata kadar Asam Urat sebesar (4,28 mg/dL), hasil Nilai Minimum Kadar Asam Urat sebesar (1,7 mg/dL), dan hasil Nilai Maksimum Kadar Asam Urat sebesar (8,9 mg/dL). Hampir sebagian responden memiliki asam urat normal karena memiliki kebiasaan meminum wedang jahe setiap minggunya.

Nilai distribusi frekuensi menyatakan bahwa hampir seluruh responden memiliki kebiasaan meminum wedang jahe sebanyak 2-3 kali/minggunya dengan persentase (85,30%), dan sebagian kecil responden memiliki kebiasaan meminum wedang jahe sebanyak 4-5 kali/minggu dengan persentase (14,70%). Lansia di Kelurahan Pagar Dewa Sering meminum wedang Jahe yang berupa : Minuman Jahe instan dan Jamu. Nilai rata – rata berdasarkan usia di Kelurahan Pagar Dewa Rw 05 Kota Bengkulu yaitu : 64,47 tahun, Nilai Median yaitu usia 64 tahun, dan Nilai Modus yaitu usia 60 tahun.

Usia lansia secara normal tubuh akan mengalami penurunan secara fisik, fisiologis, maupun psikologis. Penurunan kemampuan fisiologis dapat menyebabkan lansia tidak dapat diberikan tugas yang berat dan beresiko tinggi. Pada usia lanjut daya tahan fisik sudah mengalami kemunduran sehingga mudah terserang berbagai masalah kesehatan (Siregar & Fadli, 2018).

Dari penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa nilai distribusi frekuensi yang didapatkan berdasarkan jenis kelamin yaitu, hampir seluruh responden berjenis kelamin perempuan dengan frekuensi 24 responden sebanyak 70,59 (%),

hampir setengah responden berjenis kelamin laki-laki dengan frekuensi 10 responden sebanyak 29,41(%).

Kebanyakan responden merupakan lansia yang berjenis kelamin perempuan dikarenakan wanita mengalami peningkatan asam urat dengan penurunan level estrogen, estrogen memiliki efek menurunkan asam urat dengan menghambat reabsorpsi ginjal terhadap asam urat.

Menurut (Lamtiur, 2019) Jahe merah memiliki volatile dan non-volatile oil yang dapat menurunkan kadar asam urat darah. Selain itu, jahe merah dapat meredakan nyeri karena terjadinya penghambatan pada jalur siklo oksigenase sehingga prostaglandin dapat dihambat. Berdasarkan penelitian yang sebelumnya yang dilakukan Oleh (Dewi Kusnadi & Sukohar, 2018) tentang pengaruh pemberian ekstrak Jahe merah (*Zingiber officinale* var *rubrum*) terhadap penurunan kadar asam urat darah obesitas didapatkan hasil menurunnya kadar asam urat darah obesitas karena jahe merah terdapat gingerol dan shagaol memiliki efek antiinflamasi.

Menurut Samsudin et al. (2016) didapatkan statistik pengaruh pemberian kompres hangat menggunakan parutan jahe merah (*Zingiber officinale* roscoe var *rubrum*) terhadap penurunan skala nyeri pada penderita gout arthritis.

Menurut penelitian (Marius, 2020) tentang pengaruh pemberian terapi tradisional terhadap kadar asam urat lansia di Desa Lolak Kabupaten Bolaang Mangdow Tahun 2020, didapatkan hasil menurunnya kadar asam urat dengan nilai p Value 0,005 lebih kecil dari nilai signifikan $\alpha = 0,05$.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini telah dilakukan tentang Gambaran kadar Asam Urat Dengan Kebiasaan meminum Wedang Jahe Di kelurahan Pagar Dewa Rw 05 Kota Bengkulu Tahun 2023, dapat disimpulkan sebagian besar responden

memiliki kadar asam urat normal, sebagian kecil responden memiliki hasil kadar asam urat yang rendah dan sebagian kecil responden memiliki kadar asam urat tinggi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Dosen Pembimbing yaitu bapak Heru Laksono, SKM., MPH dan bapak Guntur Baruara, SST., M.Biomed yang sudah membantu saya dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini Sehingga dapat selesai tepat pada waktunya. Dan terima kasih kepada semua rekan yang sudah mendukung dan membantu dalam progres pembuatan Karya Tulis Ilmiah ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Afnuhazi, R. (2019). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Lansia (45 – 70 Tahun). *Human Care Journal*, 4(1), 34. <https://doi.org/10.32883/hcj.v4i1.242>
- Arpiana. (2018). Hubungan Menopause Dengan Kadar Asam Urat Dalam Darah. *Jurnal Insan Cendekia*, 5(2), 1–26.
- Dewi Kusnadi, N., & Sukohar, A. (2018). Pengaruh Pemberian Ekstrak Jahe Merah (*Zingiber officinale* var *rubrum*) Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Darah Obesitas Majority. *Madical Journal Of Lampung University*, 7(2), 203.
- Fadlilah, S., & Sucipto, A. (2018). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kadar Asam Urat Pada Masyarakat Dusun Demangan Wedomartani, Ngemplak, Sleman, Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 5(1), 295–301.
- Harlina, R. P. (2020). Kadar Asam Urat Pada Lansia. *Jurnal Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Program Studi DIII Analisis Kesehatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang*, 2009, 1–2.
- Lamtiur, T. (2019). Manfaat Jahe Merah (*Zingiber officinale* Roscoe) terhadap Kadar Asam Urat Benefit of Red Ginger (*Zingiber officinale* Roscoe) against Levels of Uric Acid. *BIOEDUSAINS: Jurnal Pendidikan Biologi Dan Sains*, 2(2), 60–69.
- Marius, O. (2020). Pengaruh Pemberian Terapi Tradisional Terhadap Kadar Asam Urat Di Desa Lolak kabupaten Bolaang Mangodow. *Iktgm.Ac.Id Nursing Journal*, 3, 2020.
- Samsudin, A., Kundre, R., & Onibala, F. (2016). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Memakai Parutan Jahe Merah (*Zingiber Officinale* Roscoe Var

Rubrum) Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada penderita gout Arthritis Di Desa Tateli Dua Kecamatan Mandolang Kabupeten Minahasa. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 4(1), 114041.

Siregar, G. P. H., & Fadli. (2018). Pemeriksaan Kadar Asam Urat Darah Pada Lansia Dengan Metode Stick Di Puskesmas Tanjung Rejo Kecamatan Percut Seituhan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 21(1), 1–10. <http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/Keperawatan/article/download/425/398/>

Syarifah, A. (2018). Hubungan pengetahuan dan budaya dengan kadar asam urat pada lansia. *Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 8(2).