



**ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK DENGAN INTERVENSI
PEMBERIAN JUS SIRSAK UNTUK MENURUNKAN KADAR ASAM
URAT DI PANTI WERDHA KASIH AYAH BUNDA TANGERANG 2023**

*Gerontik Nursing Care With Soursop Juice Intervention To Reduce Uric Levels
At Panti Werdha Kasih Ayah Bunda Tangerang 2023*

Dewi Puji Astuti¹, Siti Robeatul Adawiyah², Siti Rahayu³, Rina Puspita Sari⁴

^{1,2,4}Universitas Yatsi Madani

³Panti Werdha Kasih Ayah Bunda Tangerang

Email : dewipujia637@gmail.com

Abstract

Background: Based on the Ministry of Health (2019) Indonesia is entering an Aging Population period, where there is an increase in life expectancy followed by an increase in the number of elderly people. An increase in the number of elderly population will be a problem if the elderly have health problems. The most common health problems are non-communicable diseases such as gout. High uric acid levels can cause joint pain. There are two ways to reduce uric acid, pharmacological and non-pharmacological. Non-pharmacological can be done by giving soursop fruit juice. The content of vitamin C in soursop fruit juice can help reduce uric acid levels. Purpose: The purpose of this writing is to provide an overview of the results of nursing care for Gout Arthritis patients in reducing uric acid levels by administering soursop fruit juice. Method: Case study by conducting nursing care from assessment to evaluation. Results: Based on the implementation results on Mr. N with the application of soursop juice therapy for 7 days it was found that uric acid levels on the first day were 9.8 mg/dl dropped to 8.3 mg/dl so that health maintenance diagnoses were not effectively handled, and it can be concluded that there is a change towards improvement, this indicates There is an effect of giving soursop fruit juice on decreasing uric acid levels.

Keywords: Soursop Fruit Juice, Gout Arthritis

Abstrak

Latar Belakang : Berdasarkan Kementerian Kesehatan (2019) Indonesia mulai memasuki periode *Aging Population*, dimana terjadi peningkatan umur harapan hidup diikuti dengan peningkatan jumlah lansia. Peningkatan jumlah penduduk lansia akan menjadi masalah jika lansia memiliki masalah penurunan kesehatan. Masalah kesehatan yang banyak dialami adalah penyakit tidak menular seperti asam urat. Kadar asam urat yang tinggi bisa mengakibatkan nyeri sendi. Terdapat dua cara untuk menurunkan asam urat, farmakologis dan nonfarmakologis. Nonfarmakologis dapat dilakukan dengan pemberian jus buah sirsak. Kandungan vitamin C pada jus buah sirsak dapat membantu menurunkan kadar asam urat. Tujuan : Tujuan dari penulisan ini untuk memberikan gambaran hasil asuhan keperawatan pasien *Gout Arthritis* dalam menurunkan kadar asam urat dengan pemberian jus buah sirsak. Metode : Studi kasus dengan melakukan asuhan keperawatan dari pengkajian hingga evaluasi. Hasil : Berdasarkan hasil implementasi pada Tn. N dengan pengaplikasian terapi jus sirsak selama 7 hari di dapatkan kadar asam urat pada hari pertama 9,8 mg/dl turun menjadi 8,3 mg/dl sehingga diagnosa pemeliharaan kesehatan tidak efektif tertangani, dan dapat disimpulkan dengan adanya perubahan

kearah perbaikan hal ini menunjukkan adanya pengaruh pemberian jus buah sirsak terhadap penurunan kadar asam urat.

Kata Kunci : Jus Buah Sirsak, *Gout Arthritis*

PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (WHO), Lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas. Lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan terjadi suatu proses yang disebut *Aging Process* atau proses penuaan. Berdasarkan Kementerian Kesehatan atau Kemenkes (2019) Indonesia mulai memasuki periode *Aging Population*, dimana terjadi peningkatan umur harapan hidup yang diikuti dengan peningkatan jumlah lansia. Di Indonesia mengalami peningkatan jumlah penduduk lansia dari 18 juta jiwa (7,56%). Pada tahun 2010 menjadi 25,9 juta jiwa (9,7%) pada tahun 2019 dan diperkirakan akan terus meningkat dimana tahun 2035 menjadi 48,2 juta jiwa (15,77%). Peningkatan jumlah penduduk lansia di masa depan dapat membawa dampak positif maupun negatif. Akan berdampak positif apabila penduduk lansia berada dalam keadaan sehat, aktif dan produktif. Disisi lain peningkatan jumlah penduduk lansia akan menjadi beban apabila lansia memiliki masalah penurunan kesehatan (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2019, penyakit terbanyak pada lansia adalah penyakit tidak menular antara lain : hipertensi, masalah gigi, penyakit sendi, masalah mulut, diabetes mellitus, penyakit jantung, stroke, dan asam urat. Perbandingan peningkatan hiperurisemia pada orang yang berusia diatas 60 tahun ialah 3:1 (Hastuti et al., 2020). WHO memperkirakan sekitar 355.000.000 orang akan mengidap penyakit *Gout* (Apriana et al., 2020). Angka kejadian *Gout Arthritis* juga tergolong tinggi di Indonesia. WHO mengungkapkan prevalensi pengidap *Gout Arthritis* di Indonesia mencapai 81% sehingga Indonesia masuk dalam urutan tertinggi dengan penderita *Gout Arthritis* di Asia. Di Asia Tenggara prevalensi hiperurisemia dan *Gout* mencapai 13-25% dalam 10 tahun terakhir (Novianti et al., 2019). Pengidap penyakit *gout* memiliki kurva kejadian yang naik setiap tahun. Angka kejadian nasional hiperurisemia adalah 30,3%, Bengkulu, Nanggroe Aceh Darussalam, Sumatera Barat, Jawa Barat, Jawa Timur, Papua Barat, Nusa Tenggara Barat, Nusa Tenggara Timur, Kalimantan Selatan, dan Bali merupakan 11 provinsi dengan angka kejadian *gout* yang tinggi pada tingkat Nasional (Hastuti et al., 2020). Sedangkan berdasarkan Laporan Provinsi Banten, Riskesdas (2019), prevalensi penyakit sendi berdasarkan diagnosis dokter pada daerah Provinsi Banten sebesar 6,15%. Dengan karakteristik jenis kelamin laki-laki sebesar 4,68% dan perempuan sebesar 7,66%.

Banyak cara yang dapat dilakukan untuk mengobati *Arthritis Gout*. Cara tersebut dapat dilakukan dengan cara pengobatan farmakologis dan non farmakologis (Mumpuni, 2020). Pengobatan secara farmakologis biasanya memanfaatkan berbagai macam bahan obat-obatan yang diolah secara kimia. Dosis pada obat dapat diketahui secara lebih, sehingga penggunaan obat harus sesuai dengan aturan yang telah ditetapkan. Obat-obatan yang biasa digunakan untuk mengatasi *Gout Arthritis* yaitu Colchicine, Glucocorticosteroids, Nonsteroidal anti-inflammatory Drugs, Allopurinol, Febuxostat, Pegloticase, Probenecid (Smart, 2019). Dan salah satu pengobatan non farmakologis yaitu

konsumsi jus buah sirsak. Sirsak merupakan tanaman yang berasal dari Karibia, Amerika Tengah dan Amerika Selatan. Tanaman ini dapat tumbuh disembarang tempat, namun paling banyak di tanam di daerah yang cukup berair.

Kandungan buah sirsak tersusun atas 67% daging buah yang dapat dimakan, 20% kulit, 8,5% biji, dan 4% poros tengah buah, dari berat keseluruhan buah. Buah sirsak banyak mengandung air dan serat, kandungan zat gizi terbanyak dalam sirsak adalah karbohidrat. Salah satu jenis karbohidrat pada buah sirsak adalah gula produksi (glukosa dan fruktosa) dengan kadar 81,9 – 93,6% dari kandungan gula total. Buah sirsak mengandung sedikit lemak yaitu 0,3 gram/ 100 gram, sehingga sangat baik untuk kesehatan. Vitamin yang paling dominan pada buah sirsak adalah vitamin C, yaitu sekitar 20 mg/ 100 gram daging buah. Kandungan vitamin C dalam jus sirsak berfungsi sebagai antioksidan yang dapat mengurangi terbentuknya asam urat dengan menghambat produksi Enzim Xantin Oksidase. Selain kandungan antioksidan, sirsak mengandung senyawa Alkaloid Isquinolin yang berfungsi sebagai analgesik yang dapat meredakan rasa nyeri akibat asam urat. Rasa asam pada sirsak berasal dari asam malat, asam sitrat, dan asam isositrat. Kandungan asam malat pada sirsak dapat melarutkan kristal asam urat sehingga dapat dikeluarkan oleh 73 tubuh. Selain itu, jus sirsak berfungsi sebagai antiinflamasi. Kombinasi dari antiinflamasi dan analgetik dapat mengobati *Arthritis Gout*. Dengan demikian, jus sirsak sangat baik dikonsumsi oleh penderita *Arthritis Gout* (F Syamsudin, 2021).

Berdasarkan pengkajian yang penulis lakukan di Panti Werdha Kasih Ayah Bunda masalah kesehatan yang banyak dialami lansia adalah penyakit tidak menular seperti hipertensi, kolesterol dan asam urat. Hal ini dapat terjadi mengingat para lansia memiliki sistem kerja tubuh yang semakin menurun serta masih banyaknya pola hidup dan pola makan yang buruk pada para lansia. Meski bukan termasuk penyakit mematikan, *Arthritis Gout* adalah penyakit yang sangat mengganggu dan berbahaya. Gangguan akibat kadar asam urat yang tinggi bisa mengakibatkan nyeri sendi akut, pembengkakan sendi, peradangan pada sendi, dan kerusakan pada sendi. Kasus yang parah, penderita *Arthritis Gout* tidak bisa berjalan, persendian terasa sangat sakit jika bergerak, dan kecatatan (Sari, 2020) untuk itu perlu adanya perhatian khusus pada lansia dalam penatalaksanaan *Gout*.

METODE

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan observasional melalui studi kasus untuk memperoleh gambaran pemberian jus buah apel unuk menurunkan kadar asam urat pada penderita *Gout Athritis*. Subyek yang digunakan dalam studi kasus yang diambil yaitu pasien dengan asam urat. Instrument yang digunakan dalam pengumpulan data menggunakan lembar pengkajian keperawatan gerontik dan melakukan pemberian jus buah sirsak 2x200 ml perhari, diberikan sesudah makan.

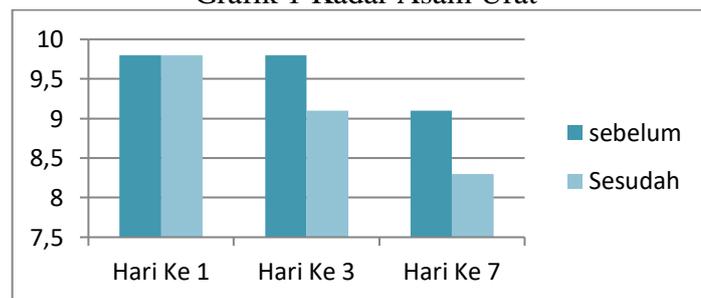
HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengkajian pada Tn. N menunjukkan adanya masalah manajemen kesehatan tidak efektif karena pola hidup yang kurang sehat, Tn. N selalu mengabaikan pantangan makanan yang menyebabkan kadar asam urat meningkat, Tn. N masih suka memakan makanan yang tinggi purin, saat dilakukan pengkajian Tn. N mengatakan tidak mengetahui pencegahan dan pengobatan

terhadap penyakitnya, Tn. N juga tidak mengetahui bagaimana cara menurunkan kadar asam uratnya dan ingin mengetahui tentang asam urat dan pengobatannya.

Perencanaan asuhan keperawatan gerontik yang disusun oleh penulis, meliputi diagnosa keperawatan gerontik dari SDKI (2018) mengacu pada indikator SLKI (2018) yang relevan dan intervensi mengacu pada SIKI (2018) adapun perencanaan keperawatan gerontik yaitu : Edukasi Kesehatan (I.12383) : Identifikasi kesiapan dan kemampuan menerima informasi, Identifikasi faktor-faktor yang dapat meningkatkan dan menurunkan motivasi perilaku hidup bersih dan sehat, Sediakan materi dan media pendidikan kesehatan tentang penatalaksanaan asam urat dengan jus sirsak, Jadwalkan pendidikan kesehatan sesuai kesepakatan, Berikan kesempatan untuk bertanya, Jelaskan faktor resiko yang dapat, Ajarkan manajemen kesehatan yang tepat dalam membantu menurunkan asam urat salah satunya dengan pembuatan jus sirsak.

Grafik 1 Kadar Asam Urat



Implementasi dan evaluasi memberikan inovasi dan pendidikan kesehatan mengenai asam urat menggunakan media leaflet. Pendidikan kesehatan dan inovasi pemberian jus buah sirsak ini dilakukan selama 7 hari. Setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang asam urat Tn. N dapat memahami penyebab dan gejala penyakit asam urat. Kemudian penulis melakukan inovasi pemberian jus buah sirsak yang yang diberikan selama 7 hari, jus sirsak diminum 2 kali sehari pada pagi dan sore hari. Pada tanggal 11 Juli 2023 didapatkan hasil asam urat klien 9,8 mg/dl, setelah diberikan jus buah sirsak selama 3 hari dilakukan pengecekan pada tanggal 13 Juli 2023 di dapatkan asam urat klien 9,1 mg/dl, setelah 7 hari diberikan jus buah sirsak dilakukan pengecekan kembali pada tanggal 19 Juli 2023 di dapatkan hasil asam urat klien 8,3 mg/dl. Dari sini dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian jus sirsak terhadap penurunan kadar asam urat pada klien asam urat.

Berdasarkan hasil penelitian Sosilo Yobel (2019), mengenai “Pengaruh Pemberian Jus Sirsak Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Pumpungan IV RT 03 RW 02 Kecamatan Sukolilo Surabaya” dengan jumlah subjek penelitian 28 orang penderita asam urat, dengan 1 hari pemberian implementasi menyatakan hasil penelitian setelah dilakukan pemberian jus buah sirsak hampir setengah 46% mengalami penurunan kadar asam urat. Dari uji statistik dengan menggunakan uji parametrik paired t-test menunjukkan nilai $p=0,000$ berarti $p<0,05$ yang berarti H_0 ditolak. Sehingga penelitian ini dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian jus buah sirsak terhadap penurunan kadar asam urat. Selain itu, hasil penelitian yang dilakukan oleh Harnawati dan Dwi Chirtina (2021) mengenai “Pengaruh Pemberian Jus Sirsak Terhadap Kadar Asam Urat Pada Penderita Artritis Gout Di Wilayah Puskesmas Lolo Kabupaten

Kerinci” dengan jumlah subjek penelitian 16 didapatkan hasil ada pengaruh pemberian jus buah sirsak terhadap perubahan kadar asam urat pada penderita Arthritis Gout.

Berdasarkan hasil penelitian Wardani (2020) yaitu “Tentang Pengaruh Terapi Jus Sirsak Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Lansia Wanita Di Desa Gayaman Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto” didapatkan p value 0,001 ($p \leq 0,005$) sehinggadapat dikatakan terdapat pengaruh terapi jus sirsak terhadap penurunan kadar asam urat lansia wanita. Terbukti bahwa jus sirsak dapat menurunkan kadar asam urat pada penderita Arthritis Gout. Menurunnya kadar asam urat terjadi karena sirsak memiliki rasa manis dan asam. Rasa asam pada sirsak berasal dari asam malat, asam sitrat, dan asam isiotrat. kandungan asam malat pada sirsak yang dapat melarutkan kristal asam urat sehingga dapat dikeluarkan oleh tubuh. Sirsak juga mengandung antioksidan yang dapat mengurangi terbentuknya asam urat dengan menghambat Enzim Xantin Oksidase. Selain kandungan antioksidan, sirsak juga mengandung senyawa alkaloid isquinolin yang berfungsi sebagai analgetik yang dapat meredakan rasa nyeri akibat asam urat. Sirsak juga berfungsi sebagai antiinflamasi. Kombinasi dari antiinflamasi dan analgetik yang berkhasiat menurunkan kadar asam urat (Aminah, 2021).

Menurut penelitian Noomindhawati (2019), jus sirsak kaya akan kandungan vitamin C daalam kandungan jus sirsak berfungsi sebagai antioksidan dan memiliki kemampuan untuk menghambat prouksi enzim xantin oksidanse. Oleh karena itu, jus sirsak dapat menghambat proses pembentukan asam urat dalam tubuh. Kandungan senyawa alkaloid isquinolin dalam jus sirsak berperan sebagai analgesgik. Jadi, jus sirsak juga dapat dipercaya untuk merengangkan rasa nyeri akibat asam urat. Selain itu jus sirsakpun berfungsi sebagai antiinflamasi dan analgetik inilah yang dapat mengobati asam urat. Dengan demikian, jus sirsak sangat baik dikonsumsi oleh penderita asam urat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil implementasi pada Tn. N dengan pengaplikasian terapi jus sirsak selama 7 hari di dapati hasil kadar asam urat pada hari pertama 9,8 mg/dl turun menjadi 8,3 mg/dl dengan adanya perubahan kearah perbaikan hal ini menunjukkan adanya pengaruh pemberian jus sirsak terhadap penurunan kadar asam urat, sehingga masalah keperawatan pemeliharaan kesehatan tidak efektif dapat terselesaikan, selanjutnya pada masalah nyeri akut pada hari pertama dengan skala nyeri 5, setelah dilakukan intervensi terapi relaksasi nafas dalam selama 7 hari skala nyeri turun menjadi 1, sehingga masalah keperawatan nyeri akut dapat terselesaikan, selanjutnya pada masalah gangguan pola tidur dengan skala nyeri ≥ 5 dengan skor 22 (kualitas tidur buruk), setelah dilakukan intervensi pemberian terapi relaksasi PMR selama 5 hari skala pola tidur menjadi ≥ 5 dengan skor 7 (kualitas tidur ringan), sehingga masalah gangguan pola tidur dapat terselesaikan.



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%0D>.
- Aspiani, R. Y (2020). Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik Jikid 1 In Trans Info Media. Info Media.
- Dahlan, Andi Kasrida, Umrah, A. St, & Abeng, T. (2020). Kajian Teori Gerontologi Dan Pendekatan Asuhan (Issue January 2020).
- Efendi, S. (2020). Pengaruh Kombinasi Rebusan Daun Salam Dan Jahe Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis. Universitas Air langga.
- Hasnawati Dan Dwi Christina Rahayuningrum (2021). Pengaruh Pemberian Jus Sirsak Terhadap Kadar Asam Urat Pada Penderita Arthritis Gout Di Wilayah Puskesmas Lolo Kabupaten Kerincin. *Jurnal Kesehatan Sainika Mediator*, Vol. 4 No.1 P-ISSN : 2655-9641. DOI : <https://doi.org/10.1097/EJA.0b013e32836286e3>
- Kholifah, S. (2019). Modul Bahan Ajar Cetak Keperawatan Gerontik. Kemenkes RI Pusdik SDM Kesehatan.
- Nurani, A. H., & Kusuma, H. (2019). Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis & NANDA NIC-NOC (Jilid 2). Media Action Publishing.
- Pratiwi, T. A. (2019). Pemeriksaan Asam Urat Pada Usia Lanjut. [KTI, Universitas Setia Budi]. [Http://Repository.Setiabudi.Ac.Id](http://Repository.Setiabudi.Ac.Id)
- Prayogi, G. H. (2021). *Kadar Asam Urat Pada Wanita Menopause*. [KTI. Stikes ICME].
- Soedarto. (2020). Alergi Dan Penyakit Sistem Imun. *In Sagung Set*.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI 2018. Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia : Definisi dan Indikator Diagnostik. *Dewan Pengurus PPNI*. Jakarta
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI 2018. Standar Intervensi Keperawatan Indonesia : Definisi dan Indikator Diagnostik. *Dewan Pengurus PPNI*. Jakarta
- Tim Pokja SKLI DPP PPNI 2017. Standar Luaran Keperawatan Indonesia : Definisi dan Indikator Diagnostik. *Dewan Pengurus PPNI*. Jakarta .