BAB V

PEMBAHASAN

A. Karakteristik Responden

1. Distribusi Frekuensi Umur Responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 87 responden, sebagian besar berada pada kelompok usia 60–69 tahun yaitu sebanyak 47 responden (54,0%), sedangkan responden yang berusia 70–79 tahun sebanyak 40 responden (46,0%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden merupakan kelompok lansia awal yang masih aktif mengikuti kegiatan Posyandu Lansia di Desa Cingkrong.

Menurut World Health Organization (WHO) yang dikutip oleh Akbar dkk. (2021), lansia merupakan individu yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas dan mengalami proses penuaan yang berlangsung secara alami. Seiring bertambahnya usia, terjadi penurunan fungsi fisiologis berbagai organ tubuh, termasuk sistem metabolisme dan fungsi ginjal. Kondisi tersebut dapat memengaruhi kemampuan tubuh dalam mempertahankan keseimbangan metabolik, termasuk proses pembentukan dan pengeluaran asam urat. Selain itu, Hamidah (2022) menjelaskan bahwa proses penuaan menyebabkan berbagai perubahan degeneratif yang berdampak pada menurunnya fungsi organ sehingga lansia lebih rentan

mengalami gangguan kesehatan dibandingkan kelompok usia yang lebih muda.

Penurunan fungsi ginjal yang terjadi pada usia lanjut dapat menyebabkan proses ekskresi asam urat menjadi kurang optimal. Akibatnya, kadar asam urat dalam darah lebih mudah meningkat apabila disertai faktor risiko lain, seperti konsumsi makanan tinggi purin, obesitas, aktivitas fisik yang rendah, maupun penyakit penyerta. Sebagaimana dijelaskan dalam tinjauan teori, usia merupakan salah satu faktor yang berperan dalam terjadinya hiperurisemia karena proses degeneratif pada ginjal dapat menghambat pengeluaran asam urat dari tubuh.

Menurut pendapat peneliti, dominannya responden pada kelompok usia 60–69 tahun kemungkinan disebabkan karena kelompok usia tersebut masih memiliki kondisi fisik yang relatif baik sehingga lebih aktif mengikuti kegiatan Posyandu Lansia dibandingkan kelompok usia yang lebih tua. Meskipun demikian, seluruh responden tetap berada pada kelompok lanjut usia sehingga memiliki risiko mengalami peningkatan kadar asam urat akibat proses penuaan. Oleh karena itu, pemeriksaan kesehatan secara berkala serta penerapan pola hidup sehat perlu dilakukan sebagai upaya mencegah peningkatan kadar asam urat pada lansia.

2. Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 58 responden (66,7%), sedangkan responden laki-laki sebanyak 29 responden (33,3%). Hal ini

menunjukkan bahwa jumlah lansia perempuan yang mengikuti kegiatan Posyandu Lansia lebih banyak dibandingkan lansia laki-laki.

Perbedaan jumlah responden berdasarkan jenis kelamin dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah tingkat partisipasi perempuan dalam kegiatan pelayanan kesehatan masyarakat. Selain itu, perempuan umumnya memiliki angka harapan hidup yang lebih tinggi sehingga jumlah lansia perempuan di masyarakat cenderung lebih banyak dibandingkan laki-laki. Pada usia lanjut, perbedaan biologis antara laki-laki dan perempuan juga berpengaruh terhadap kadar asam urat. Pada perempuan yang telah memasuki masa menopause terjadi penurunan kadar hormon estrogen yang berfungsi membantu proses ekskresi asam urat melalui ginjal. Berkurangnya hormon estrogen menyebabkan kemampuan tubuh dalam mengeluarkan asam urat menurun sehingga risiko hiperurisemia pada perempuan meningkat dan mendekati risiko pada laki-laki. Selain itu, Junaidi Iskandar (2020) juga menjelaskan bahwa usia dan jenis kelamin merupakan faktor yang memengaruhi kadar asam urat, di mana perempuan pascamenopause memiliki risiko yang lebih besar mengalami peningkatan kadar asam urat akibat berkurangnya hormon estrogen.

Menurut pendapat peneliti, lebih banyaknya responden perempuan pada penelitian ini tidak hanya mencerminkan tingginya partisipasi perempuan dalam kegiatan Posyandu Lansia, tetapi juga menunjukkan pentingnya pemantauan kesehatan pada kelompok tersebut. Mengingat

sebagian besar responden telah memasuki usia menopause, penurunan hormon estrogen dapat meningkatkan risiko terjadinya peningkatan kadar asam urat. Oleh karena itu, baik lansia perempuan maupun laki-laki perlu menjaga pola makan, mempertahankan berat badan ideal, meningkatkan aktivitas fisik sesuai kemampuan, serta melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin untuk mencegah terjadinya hiperurisemia.

B. Analisa Univariat

1. Distribusi Frekuensi Pekerjaan Responden

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 87 responden, sebagian besar memiliki kategori pekerjaan sedang yaitu sebanyak 53 responden (60,9%). Responden dengan kategori pekerjaan berat berjumlah 22 responden (25,3%), sedangkan kategori pekerjaan ringan merupakan kelompok dengan jumlah paling sedikit yaitu sebanyak 12 responden (13,8%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas lansia di Posyandu Desa Cingkrong masih melakukan aktivitas sehari-hari dengan tingkat beban kerja sedang.

Pekerjaan merupakan salah satu faktor yang berkaitan dengan aktivitas fisik sehari-hari dan dapat memengaruhi kondisi kesehatan seseorang. Tingkat aktivitas yang dilakukan selama bekerja berperan terhadap penggunaan energi dan proses metabolisme tubuh. Aktivitas fisik yang dilakukan sesuai kemampuan dapat membantu menjaga fungsi tubuh tetap optimal, sedangkan aktivitas yang terlalu ringan maupun terlalu berat

dapat memberikan dampak terhadap kondisi kesehatan lansia (Khakim dkk., 2022).

Mayoritas responden yang berada pada kategori pekerjaan sedang menunjukkan bahwa sebagian besar lansia masih aktif melakukan berbagai aktivitas sesuai dengan kemampuan fisiknya, seperti mengurus rumah tangga, bertani, berdagang, maupun pekerjaan lain yang memerlukan aktivitas fisik dengan intensitas sedang. Kondisi ini menggambarkan bahwa meskipun telah memasuki usia lanjut, sebagian besar responden masih mampu melakukan aktivitas secara mandiri.

Aktivitas fisik yang dilakukan selama bekerja dapat memengaruhi metabolisme tubuh, termasuk proses pembentukan dan pengeluaran asam urat. Aktivitas yang dilakukan secara proporsional dapat membantu menjaga keseimbangan metabolisme, sedangkan aktivitas yang berlebihan dapat meningkatkan produksi asam laktat sehingga berpotensi menghambat ekskresi asam urat melalui ginjal (Maimuna & Udiani, 2024).

Menurut pendapat peneliti, distribusi pekerjaan responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di Desa Cingkrong masih memiliki tingkat aktivitas yang cukup baik. Namun, pekerjaan bukan merupakan satu-satunya faktor yang memengaruhi kadar asam urat. Faktor lain seperti usia, pola makan, indeks massa tubuh, fungsi ginjal, serta gaya hidup juga turut berkontribusi terhadap perubahan kadar asam urat. Oleh karena itu, hubungan antara pekerjaan dan kadar asam urat

perlu dilihat secara lebih lanjut berdasarkan hasil analisis hubungan kedua variabel tersebut.

2. Distribusi Frekuensi Indeks Massa tubuh (IMT) Responden

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 87 responden, sebagian besar memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) kategori pre-obesitas yaitu sebanyak 39 responden (44,8%). Responden dengan IMT normal sebanyak 31 responden (35,6%), sedangkan kategori obesitas tingkat I sebanyak 17 responden (19,5%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di Posyandu Desa Cingkrong memiliki status gizi di atas batas normal.

Indeks Massa Tubuh (IMT) merupakan salah satu indikator yang digunakan untuk menilai status gizi seseorang berdasarkan perbandingan antara berat badan dan tinggi badan. Nilai IMT dapat digunakan untuk mengidentifikasi apakah seseorang memiliki status gizi kurang, normal, atau berlebih. Pada kelompok lansia, status gizi yang tidak normal, terutama kelebihan berat badan, dapat meningkatkan risiko terjadinya berbagai penyakit degeneratif, termasuk gangguan metabolisme asam urat (WHO, 2020).

Mayoritas responden yang berada pada kategori pre-obesitas menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki berat badan yang melebihi kisaran normal. Kondisi tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti perubahan metabolisme akibat proses penuaan, pola konsumsi makanan, aktivitas fisik, maupun gaya hidup. Seiring

bertambahnya usia, kebutuhan energi tubuh cenderung menurun, namun apabila asupan makanan tidak disesuaikan dengan kebutuhan energi, maka akan terjadi penumpukan lemak yang menyebabkan peningkatan indeks massa tubuh.

Status gizi yang berlebih dapat memengaruhi proses metabolisme purin sehingga berpotensi meningkatkan kadar asam urat dalam darah. Penumpukan jaringan lemak pada individu dengan IMT tinggi dapat menyebabkan penurunan sensitivitas insulin dan mengganggu proses ekskresi asam urat melalui ginjal. Oleh karena itu, individu dengan IMT yang lebih tinggi memiliki risiko lebih besar mengalami hiperurisemia dibandingkan individu dengan IMT normal (Maimuna & Udiani, 2024).

Menurut pendapat peneliti, tingginya jumlah responden yang termasuk dalam kategori pre-obesitas menunjukkan bahwa status gizi masih menjadi salah satu aspek yang perlu mendapat perhatian pada lansia di Posyandu Desa Cingkrong. Menjaga berat badan ideal melalui pengaturan pola makan yang seimbang dan aktivitas fisik yang sesuai dengan kemampuan lansia merupakan upaya penting untuk mempertahankan kondisi kesehatan serta mengurangi risiko terjadinya peningkatan kadar asam urat.

3. Distribusi Frekuensi Asam Urat Responden

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 87 responden, sebanyak 53 responden (60,9%) memiliki kadar asam urat tinggi, sedangkan 34 responden (39,1%) memiliki kadar asam urat normal. Hasil

tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di Posyandu Desa Cingkrong mengalami peningkatan kadar asam urat.

Asam urat merupakan hasil akhir dari metabolisme purin yang secara normal akan dikeluarkan oleh tubuh melalui ginjal. Kadar asam urat dalam darah dipengaruhi oleh keseimbangan antara proses pembentukan dan proses pengeluarannya. Apabila produksi asam urat meningkat atau proses ekskresinya mengalami gangguan, maka kadar asam urat dalam darah akan meningkat sehingga dapat menyebabkan hiperurisemia (Junaidi Iskandar, 2020).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa jumlah responden dengan kadar asam urat tinggi lebih banyak dibandingkan responden yang memiliki kadar asam urat normal. Kondisi tersebut dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain bertambahnya usia, perubahan metabolisme tubuh, status gizi, aktivitas fisik, pola konsumsi makanan tinggi purin, maupun penurunan fungsi ginjal yang terjadi pada lansia. Proses penuaan menyebabkan kemampuan ginjal dalam mengekskresikan asam urat menjadi berkurang sehingga kadar asam urat lebih mudah meningkat apabila disertai faktor risiko lainnya.

Hiperurisemia tidak hanya dipengaruhi oleh faktor genetik, tetapi juga dipengaruhi oleh berbagai faktor yang dapat dimodifikasi, seperti pola makan, aktivitas fisik, berat badan, serta gaya hidup. Oleh karena itu, pengendalian faktor-faktor tersebut sangat penting untuk menjaga kadar

asam urat tetap berada dalam batas normal dan mencegah terjadinya komplikasi, seperti gout arthritis (Maimuna & Udiani, 2024).

Menurut pendapat peneliti, tingginya proporsi responden yang mengalami peningkatan kadar asam urat menunjukkan bahwa hiperurisemia masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang perlu mendapat perhatian pada kelompok lansia di Desa Cingkrong. Upaya pencegahan dapat dilakukan melalui edukasi mengenai pola makan rendah purin, menjaga berat badan ideal, meningkatkan aktivitas fisik sesuai kemampuan, serta melakukan pemeriksaan kadar asam urat secara berkala. Dengan demikian, risiko terjadinya komplikasi akibat peningkatan kadar asam urat dapat diminimalkan.

C. Analisa Bivariat

1. Hubungan Pekerjaan Dengan Kadar Asam Urat

Berdasarkan hasil uji korelasi Spearman Rank diperoleh nilai koefisien korelasi (ρ) sebesar 0,604 dengan nilai signifikansi (p-value) sebesar 0,000 ($p<0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pekerjaan dengan kadar asam urat pada lansia di Posyandu Desa Cingkrong. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,604 menunjukkan hubungan yang kuat dengan arah positif.

Pekerjaan dalam penelitian ini mencerminkan tingkat aktivitas fisik yang dilakukan oleh responden dalam kehidupan sehari-hari. Aktivitas fisik berkaitan dengan proses metabolisme tubuh dan dapat berhubungan dengan keseimbangan kadar asam urat. Aktivitas fisik yang dilakukan

secara teratur dan sesuai kemampuan dapat membantu menjaga kondisi tubuh serta mendukung pemeliharaan kadar asam urat (Maimuna & Udiani, 2024).

Berdasarkan hasil tabulasi silang, terdapat perbedaan ratio kadar asam urat tinggi pada masing-masing kategori pekerjaan. Pada kategori pekerjaan ringan tidak ditemukan responden dengan kadar asam urat tinggi (0%), sedangkan pada pekerjaan sedang terdapat 31 responden (58,5%) dengan kadar asam urat tinggi dan pada pekerjaan berat seluruh responden (100%) memiliki kadar asam urat tinggi. Hasil tersebut menunjukkan kecenderungan peningkatan kadar asam urat tinggi pada kategori pekerjaan yang lebih berat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Mandalika dan Tantoso (2025) yang menunjukkan adanya hubungan antara aktivitas fisik dengan kadar serum asam urat pada lansia. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa aktivitas fisik merupakan salah satu faktor yang berkaitan dengan kadar asam urat pada lansia. Hasil tersebut mendukung temuan penelitian ini bahwa pekerjaan yang mencerminkan tingkat aktivitas fisik responden memiliki hubungan dengan kadar asam urat.

Berdasarkan hasil tabulasi silang, terdapat perbedaan proporsi kadar asam urat pada masing-masing kategori pekerjaan. Kecenderungan kadar asam urat tinggi dapat dilihat pada kategori pekerjaan tertentu. Perbandingan proporsi tersebut menunjukkan bahwa perubahan kategori

pekerjaan diikuti oleh perubahan proporsi kadar asam urat, sesuai dengan arah hubungan positif yang diperoleh dari uji Spearman Rank.

Menurut pendapat peneliti, hubungan antara pekerjaan dengan kadar asam urat tidak dapat diartikan bahwa pekerjaan merupakan satu-satunya penyebab peningkatan kadar asam urat. Kadar asam urat dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor lain, seperti status gizi, pola konsumsi makanan, fungsi ginjal, dan usia. Oleh karena itu, hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara pekerjaan dengan kadar asam urat, tetapi tidak menunjukkan hubungan sebab-akibat.

2. Hubungan IMT Dengan Kadar Asam Urat

Berdasarkan hasil uji korelasi Spearman Rank diperoleh nilai koefisien korelasi (ρ) sebesar 0,787 dengan nilai signifikansi (p-value) sebesar 0,000 ($p<0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan kadar asam urat pada lansia di Posyandu Desa Cingkrong. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,787 menunjukkan hubungan yang kuat dengan arah positif. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi kategori indeks massa tubuh responden, terdapat kecenderungan semakin tinggi pula kadar asam uratnya. Namun demikian, kadar asam urat tidak hanya dipengaruhi oleh IMT, tetapi juga dapat berkaitan dengan faktor lain seperti usia, pola makan, aktivitas fisik, dan fungsi ginjal.

Indeks Massa Tubuh (IMT) merupakan salah satu indikator yang digunakan untuk menggambarkan status gizi seseorang berdasarkan

perbandingan berat badan dan tinggi badan. Peningkatan IMT menunjukkan adanya penumpukan jaringan lemak yang dapat memengaruhi proses metabolisme tubuh. Pada individu dengan IMT berlebih, peningkatan jaringan adiposa dapat berkaitan dengan perubahan metabolisme dan penurunan kemampuan tubuh dalam mengekskresikan asam urat melalui ginjal. Kondisi tersebut dapat menyebabkan asam urat lebih banyak tertahan di dalam tubuh sehingga kadarnya dalam darah cenderung meningkat. Oleh karena itu, individu dengan IMT berlebih memiliki risiko lebih besar mengalami hiperurisemia dibandingkan individu dengan IMT normal (Maimuna & Udiani, 2024).

Berdasarkan hasil tabulasi silang, terdapat perbedaan ratio kadar asam urat tinggi pada masing-masing kategori IMT. Pada kategori IMT normal, terdapat 2 responden (6,5%) dengan kadar asam urat tinggi, sedangkan pada kategori pre-obesitas terdapat 34 responden (87,2%) dan pada kategori obesitas tingkat I seluruh responden (100%) memiliki kadar asam urat tinggi. Hasil tersebut menunjukkan kecenderungan peningkatan kadar asam urat tinggi seiring dengan meningkatnya kategori IMT.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Wulandari dkk. (2022) yang menunjukkan adanya hubungan antara indeks massa tubuh dengan kadar asam urat. Peningkatan IMT berkaitan dengan meningkatnya risiko hiperurisemia karena adanya perubahan metabolisme tubuh yang dapat memengaruhi proses pengeluaran asam urat. Temuan tersebut mendukung hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa responden dengan kategori

pre-obesitas dan obesitas tingkat I lebih banyak ditemukan pada kelompok dengan kadar asam urat tinggi.

Pada penelitian ini masih ditemukan beberapa responden dengan indeks massa tubuh normal yang memiliki kadar asam urat tinggi, serta terdapat pula responden dengan IMT pre-obesitas atau obesitas tingkat I yang memiliki kadar asam urat normal. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa IMT bukan merupakan satu-satunya faktor yang menentukan kadar asam urat. Pola konsumsi makanan tinggi purin, aktivitas fisik, fungsi ginjal, usia, serta kondisi metabolisme masing-masing individu juga dapat memengaruhi kadar asam urat. Meskipun demikian, hasil uji statistik menunjukkan bahwa IMT memiliki hubungan yang kuat dengan kadar asam urat pada lansia dalam penelitian ini.

Peneliti berpendapat bahwa hubungan yang kuat antara IMT dan kadar asam urat menunjukkan pentingnya menjaga berat badan dalam kisaran normal sebagai salah satu upaya untuk mencegah peningkatan kadar asam urat pada lansia. Pengaturan pola makan yang seimbang, aktivitas fisik sesuai kemampuan, serta pemantauan berat badan secara berkala perlu dilakukan untuk mempertahankan status gizi yang baik. Dengan menjaga IMT tetap dalam batas normal, risiko terjadinya peningkatan kadar asam urat dapat diminimalkan sehingga kesehatan dan kualitas hidup lansia dapat dipertahankan.

D. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan sesuai dengan prosedur yang telah ditetapkan, namun dalam pelaksanaannya masih terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Keterbatasan tersebut dapat menjadi bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian yang berkaitan dengan pekerjaan, indeks massa tubuh, dan kadar asam urat pada lansia.

1. Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional, sehingga pengukuran variabel pekerjaan, indeks massa tubuh, dan kadar asam urat dilakukan pada satu waktu pengamatan. Oleh karena itu, penelitian ini dapat menunjukkan adanya hubungan antara variabel yang diteliti, tetapi belum dapat menjelaskan hubungan sebab-akibat secara langsung antara pekerjaan dan indeks massa tubuh dengan kadar asam urat.
2. Penelitian ini hanya menganalisis hubungan pekerjaan dan indeks massa tubuh dengan kadar asam urat. Sementara itu, kadar asam urat dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor lain yang tidak dianalisis secara khusus dalam penelitian ini, seperti pola konsumsi makanan tinggi purin, riwayat penyakit, konsumsi obat-obatan tertentu, aktivitas fisik di luar pekerjaan, dan fungsi ginjal. Faktor-faktor tersebut kemungkinan turut berperan terhadap kadar asam urat responden.
3. Penelitian dilaksanakan pada lansia yang terdaftar sebagai responden di Posyandu Lansia Desa Cingkrong dengan jumlah 87 responden. Oleh karena itu, hasil penelitian ini menggambarkan kondisi responden pada

lokasi penelitian dan belum tentu dapat digeneralisasikan secara langsung pada seluruh populasi lansia di wilayah lain yang memiliki karakteristik berbeda.

4. Pengukuran kadar asam urat dalam penelitian ini dilakukan menggunakan alat pemeriksaan kadar asam urat digital. Hasil pengukuran dapat dipengaruhi oleh kondisi responden pada saat pemeriksaan serta faktor teknis dalam proses pengambilan dan pemeriksaan sampel darah. Meskipun demikian, pengukuran telah dilakukan sesuai dengan prosedur yang telah ditetapkan untuk memperoleh hasil yang sesuai dengan kondisi responden pada saat penelitian.

Keterbatasan tersebut diharapkan dapat menjadi pertimbangan bagi penelitian selanjutnya untuk melakukan penelitian dengan cakupan variabel yang lebih luas serta melibatkan faktor-faktor lain yang berpotensi memengaruhi kadar asam urat pada lansia. Penelitian selanjutnya juga dapat mempertimbangkan penggunaan desain penelitian yang memungkinkan pengamatan variabel dalam jangka waktu tertentu sehingga hubungan antara faktor risiko dan perubahan kadar asam urat dapat dikaji secara lebih mendalam.