



**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TAHAP
PERKEMBANGAN LANJUT USIA DENGAN MEMBERIKAN JUS
NANAS UNTUK MENURUNKAN KADAR ASAM URAT PADA NY. Y**

*Family Nursing Care At The Development Stage Of Elderly By Giving
Pineapple Juice To Reduce Uric Acid Levels In Ny. Y*

Rahma Suci Safitri¹, Alfika Safitri², M. Hasan Basri³, Rina Puspita Sari⁴

^{1,2,4}Universitas Yatsi Madani

³Puskesmas Periuk Jaya

Email : rhmaaasftr24@gmail.com

Abstract

Background : The family is the smallest unit of society consisting of the head of the family and several people who gather and live in a place under one roof in a state of interdependence. Gout or often known as gout arthritis is a disease that attacks the joint area. High uric acid levels are caused by genetic or hereditary factors and lifestyles that often consume foods that contain lots of purines. Many purines are found in organ meats, green vegetables and nuts. Method : Data collection was done by checking uric acid levels first before being given the implementation of uric acid education and pineapple juice, for 5 days they will be given pineapple juice and checked for uric acid levels again on day 3 and 5 after being given pineapple juice. Results : The uric acid level before being given the implementation was (8.2 mg/dL), on the 3rd day after administration of pineapple juice the uric acid level became (7.1 mg/dL) and on the 5th day the uric acid level decreased again (6.1 mg/dL). Conclusion : Provision of pineapple juice is proven to have an effect on reducing uric acid levels in the blood and the importance of managing diet and maintaining a clean and healthy lifestyle.

Keywords : Family stage of development of elderly, Pineapple juice, Gout Arthritis

Abstrak

Latar belakang : Keluarga adalah unit terkecil dari masyarakat yang terdiri dari kepala keluarga dan beberapa orang yang terkumpul dan tinggal di suatu tempat di bawah satu atap dalam keadaan saling bergantung. Asam urat atau sering dikenal dengan gout arthritis merupakan penyakit yang menyerang daerah persendian. Kadar asam urat yang tinggi yang diakibatkan oleh faktor genetik atau keturunan dan pola hidup yang sering mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung zat purin. Zat purin banyak diperoleh pada makanan jeroan, sayuran hijau dan kacang-kacangan. Metode : Cara pengambilan data dilakukan dengan memeriksa kadar asam urat terlebih dahulu sebelum diberikan implementasi edukasi asam urat dan jus nanas, selama 5 hari akan diberikan jus nanas dan dilakukan pemeriksaan kadar asam urat kembali pada hari ke 3 serta hari ke 5 setelah diberikan implementasi jus nanas Hasil : Kadar asam urat saat sebelum diberikan implementasi sebesar (8,2 mg/dL), pada hari ke 3 setelah dilakukan pemberian jus nanas kadar asam urat menjadi (7,1 mg/dL) dan hari ke 5 kadar asam urat kembali mengalami penurunan (6,1 mg/dL). Kesimpulan : Pemberian jus nanas terbukti memberikan pengaruh untuk menurunkan kadar asam urat dalam darah serta pentingnya mengatur pola makan dan menjaga pola hidup bersih dan sehat.

Kata kunci : Keluarga tahap perkembangan lanjut usia, Jus nanas, Asam Urat

PENDAHULUAN

Menurut Depkes RI tahun 2020, keluarga adalah unit terkecil dari masyarakat yang terdiri dari kepala keluarga dan beberapa orang yang terkumpul dan tinggal di suatu tempat di bawah satu atap dalam keadaan saling bergantung. Dapat disimpulkan bahwa keluarga adalah dua orang yang disatukan oleh ikatan perkawinan, kelahiran, adopsi dan boleh jadi tidak diikat oleh hubungan darah dan hukum yang tinggal di suatu tempat di bawah satu atap dengan keadaan saling ketergantungan dan memiliki kedekatan emosional yang memiliki tujuan mempertahankan budaya, meningkatkan pertumbuhan fisik, mental, emosional serta sosial sehingga menganggap diri mereka sebagai suatu keluarga.

Keperawatan keluarga merupakan pelayanan holistik yang menempatkan keluarga dan komponennya sebagai fokus pelayanan dan melibatkan anggota keluarga dalam tahap pengkajian, diagnosis keperawatan, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia (Depkes RI, 2019) Pengertian lain dari keperawatan keluarga adalah proses pemberian pelayanan kesehatan sesuai kebutuhan keluarga dalam lingkup praktik keperawatan (Kholifah & Widagdo, 2019). Keperawatan keluarga dilakukan kepada anggota yang membutuhkan asuhan keperawatan dikarenakan ketidakberdayaannya dalam memenuhi kebutuhan, Salah satu penyakit yang timbul seperti *Gout arthritist* atau disebut dengan asam urat.

Menurut *World Health Organisation* (WHO) lanjut usia (lansia) adalah seseorang yang berusia 60 tahun keatas. Lansia diklasifikasikan umur manusia yang menghadapi masa akhir kehidupan, kelompok lansia biasanya dalam kehidupan sudah melalui proses menjadi tua (*Process Aging*) (WHO, 2021).

Asam urat atau sering dikenal dengan *gout arthritis* merupakan penyakit yang menyerang daerah persendian. Hal ini disebabkan oleh kadar asam urat yang tinggi yang diakibatkan oleh faktor genetik atau keturunan dan pola hidup yang sering mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung zat purin. Zat purin merupakan bagian inti protein, dan protein banyak di peroleh pada makanan jeroan, daging dan kacang-kacangan (Megayanti, 2020).

Penyakit asam urat memang bukan termasuk penyakit yang mematikan, tetapi jika tidak ditangani dengan benar bisa menjadi *gout kronic* dimana penderitanya akan sering sekali menderita sakit pada sendi. Penyakit ini tidak hanya mengganggu aktifitas dalam jangka waktu lama, tetapi juga berpotensi menimbulkan batu ginjal bahkan penyakit jantung. komplikasi yang sering terjadi karena *Gout Arthritis* adalah gagal ginjal atau nefropati gout. Tingginya kadar asam urat berpotensi merusak fungsi ginjal, menyebabkan ginjal tidak bisa menjalankan fungsinya dengan baik atau mengalami gagal ginjal (Lailatullatifah, 2019).

Menurut *Word Health Organization* (WHO) pada 2017 menjelaskan bahwa prevalensi asam urat di dunia sebanyak 34,2%. Prevalensi asam urat di Amerika sebesar 26,3% dari total penduduk. Peningkatan kejadian asam urat tidak hanya terjadi di negara maju saja, namun peningkatan juga terjadi di negara berkembang salah satunya adalah negara Indonesia. Hasil riskesdas prevalensi asam urat di Indonesia semakin mengalami peningkatan tahun 2018, prevalensi penyakit asam urat di Indonesia berdasarkan diagnosa dokter pada kelompok

umur 65 tahun yang menderita asam urat berjumlah 56.394 jiwa (Riskesdas, 2019).

Penurunan kadar asam urat salah satunya dapat menggunakan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi antara lain mengkonsumsi obat-obatan seperti *NSAIDs*, *colchicines*, *corticosteroid*, *probenecid*, *allopurinol* dan *urocisluric* sedangkan terapi non farmakologi dengan mencegah makan makanan yang tinggi purin, memperbanyak makanan berserat tinggi, memperbanyak minum air putih selain itu bisa mengkonsumsi buah nenas yang memiliki kandungan vitamin C, mineral, zat besi, fosfor, kalsium, natrium dan bromelain. Vitamin C didalam buah nenas sangat baik untuk asam urat karena vitamin C dapat membantu meningkatkan ekskresi(pembuangan) asam urat melalui urin. Dengan kemampuan ini, kadar asam urat dalam tubuh dapat berkurang (Sutanto, 2020).

Pada buah nenas mengandung bromelin yang bermanfaat untuk mempercepat penyembuhan pembengkakan dan nyeri pada sendi, membantu menghambat protein penyebab bertambahnya kadar asam urat serta dapat mencegah peradangan yang ditimbulkan oleh asam urat yang menyerang tubuh. Buah nenas juga bisa dibuat menjadi jus, karena buah nenas yang mudah di dapat dan harganya pun juga murah. Menurut Zuriati dan Melti (2019) mengatakan pemberian jus nenas sebanyak 200 ml perhari setelah makan yang diberikan selama 7 hari terbukti dan hal ini dapat dijadikan sebagai salah satu alternative pengobatan untuk mengurangi kadar asam urat.

METODE

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan observasional melalui studi kasus untuk memperoleh gambaran pemberian jus nenas untuk menurunkan kadar asam urat pada penderita *Gout Arthritis*. Subyek yang digunakan dalam studi kasus yang diambil yaitu pasien dengan asam urat. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data menggunakan lembar observasi keperawatan keluarga dan melakukan pemberian jus nenas 200 ml perhari, diberikan selama 5 hari diminum sesudah makan.

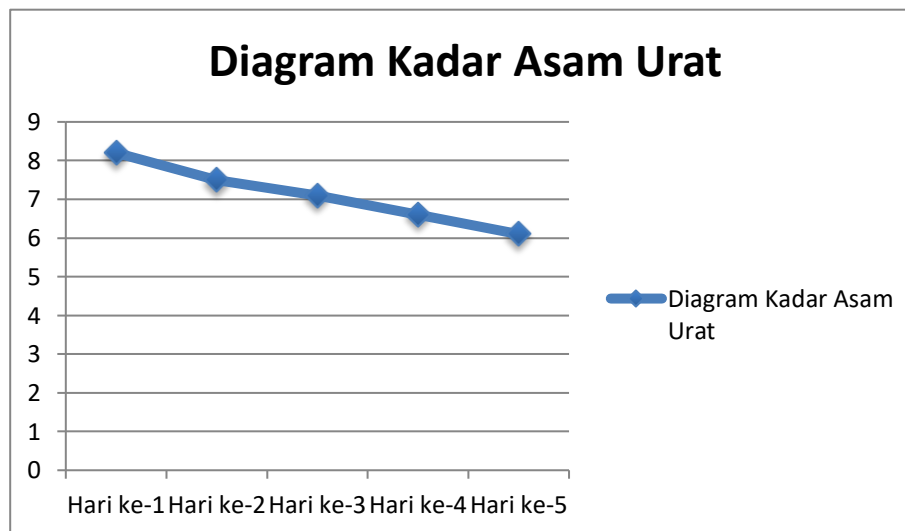
HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengkajian pada Ny. Y menunjukkan adanya masalah manajemen kesehatan tidak efektif karena pola hidup yang kurang sehat, Ny. Y selalu mengabaikan pantangan makanan yang menyebabkan kadar asam urat meningkat, Ny. Y masih suka memakan makanan yang tinggi purin, saat dilakukan pengkajian Ny. Y mengatakan tidak mengetahui tentang asam urat dan pengobatannya, Ny. Y juga tidak mengetahui bagaimana cara menurunkan kadar asam uratnya dan ingin mengetahui tentang asam urat dan pengobatannya.

Intervensi keperawatan untuk Manajemen Kesehatan Tidak Efektif, yaitu : Intervensi teknik nonfarmakologi untuk menurunkan kadar asam urat yaitu dengan pemberian jus nenas. Intervensi teknik nonfarmakologi ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Fika Ayu Barokah dan Gaung Eka Ramadhan (2022) dengan judul Pengaruh Pemberian Jus Nenas Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat pada Lansia. Hasil penelitian diperoleh *p value*: 0.005, artinya ada pengaruh pemberian jus nenas terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia. Asuhan keperawatan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Zuriati Zuriati dan

Melti Suriya, 2019) dengan judul Efektivitas Pemberian Jus Nanas Dalam Menurunkan Kadar Asam Urat di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2019. Penelitian ini menggunakan responden sebanyak 15 orang. Penelitian ini dilakukan 7 hari di Puskesmas Andalas Padang. Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan skala nyeri dan kadar asam urat setelah dilakukan intervensi ($p = 0,00$ dan $p = 0,05$). Disimpulkan bahwa terdapat efektivitas pemberian jus nanas terhadap penurunan kadar asam urat di Puskesmas Andalas Padang.

Implementasi dilakukan selama 5 hari pada tanggal 11 – 15 Juli 2023 selama 10-15 menit/hari. Pada hari Selasa, 11 Juli 2023 dilakukan Edukasi Kesehatan seperti menjelaskan penyebab dan gejala asam urat, manfaat jus nanas serta mengajarkan perilaku hidup bersih dan sehat. Edukasi Kesehatan seperti pemberian jus nanas. Hasil evaluasi pada implementasi diatas kadar asam urat Ny. Y cukup tinggi yaitu 8,2 mg/dL, kemudian diberikan jus nanas selama 5 hari. Pada hari ke-3 Kamis, 13 Juli 2023 setelah diberikan jus nanas kadar asam urat Ny. Y diperiksa kembali dengan hasil 7,1 mg/dL. Dan pada hari ke-5 Sabtu, 15 Juli 2023 setelah diberikan jus nanas kadar asam urat Ny. Y kembali diperiksa dengan hasil 6,1 mg/dL dimana terdapat penurunan yang signifikan pada kadar asam urat Ny. Y.



KESIMPULAN

Implementasi yang dilakukan untuk mengatasi masalah manajemen kesehatan tidak efektif pada Ny. Y adalah pemberian jus nanas. Tindakan ini dilakukan selama 5 hari dengan memberikan jus nanas secara langsung kepada pasien. Yang saat dilakukan pengkajian keperawatan didapatkan data bahwa Ny. Y kurang mengetahui tentang penyakit asam urat dan tingginya kadar asam urat Ny. Y yaitu 8,2 mg/dL. Setelah dilakukan Edukasi Kesehatan maka didapatkan Ny. Y sudah paham mengenai penyakit asam urat, cara mencegah asam urat, serta bisa menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dengan cara mengatur pola makan dengan diet makanan asin, sayuran hijau, kacang-kacangan dan menganjurkan untuk rutin makan buah-buahan serta terdapat penurunan kadar asam urat Ny. Y pada hari ke 3 yaitu 7,1 mg/dL dan hari ke 5 yaitu 6,1 mg/dL.



DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, S., & Tulus, P. (2019). *Perawatan Lansia Oleh Keluarga dan Care Giver* (1st ed.). Jakarta: Bumi Medika.
- Arikunto, S. (2018). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aspiani, R. Y. (2021). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik*. Jakarta: Trans Info Media.
- Buss, J. S., & Labus, D. (2020). *Buku Saku Patofisiologi Menjadi Sangat Mudah* (2nd ed.). Jakarta: EGC.
- Bustan, N. (2019). *Manajemen Pengendalian Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Donsu, J. D. T. (2022). *Psikologi Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Hasdianah, H. R., Siyoto, S., & Peristyowati, Y. (2020). *Gizi, Pemanfaatan Gizi, Diet, dan Obesitas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- KEMENKES RI. (2019). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Sekretariat Negara.
- Nurarif, A. H., & Kusuma, H. (2019). *Asuhan Keperawatan Praktis*. Yogyakarta: Mediacion.
- Nurroh, S. (2021). *Studi Kasus: Telaah Buku Filasafat Ilmu (Sebuah Pengantar Populer) oleh Jujun S. Suriasumantri*. Universitas Gajahmada Yogyakarta.
- Padila. (2022). *Asuhan Keperawatan Penyakit Dalam*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Yuliana. (2019). *Konsep Dasar Pengetahuan* (2nd ed.). Surakarta: Cipta Graha.
- Febrianti, N., Kadang, Y., & Hikam, I. (2022). Edukasi Kesehatan tentang Pencegahan Gout Arthritis di Kabupaten Sigi. *Idea Pengabdian Masyarakat*, 2(01), 32–35. <https://doi.org/10.53690/ipm.v2i01.92>
- Lucia Firsty, & Mega Anjani Putri. (2021). Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Arthritis Gout. *Buletin Kesehatan: Publikasi Ilmiah Bidang Kesehatan*, 5(1), 31–43. <https://doi.org/10.36971/keperawatan.v5i1.88>
- Zuriati, Z & Melti Suriya. (2020). *Efektivitas Pemberian Jus Nanas Dalam Menurunkan Kadar Asam Urat*. Padang : Jurnal Ilmu Kesehatan
- Hartinah Siti & Lilik Pranata. (2019). *Efektivitas RANGE OF MOTION (ROM) Aktif Terhadap Kekuatan Otot Ekstremitas Atas Dan Ekstremitas Bawah Pada Lansia*. Palembang : Publikasi Penelitian Terapan Dan Kebijakan
- Azizah Nur & Shanty Chloranya. (2021). *Penerapan Relaksasi Napas Dalam Saat Dilakukan Range Of Motion Pada Responden Asam Urat Terhadap Nyeri*. Lampung : Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia