



## Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Pasien Gout Arthritis Dengan Intervensi Pemberian Jus Nanas Untuk Menurunkan Kadar Asam Urat Di Panti Werdha Kasih Ayah Bunda Tangerang

Astuti Astuti <sup>1</sup>, Siti Robeatul Adawiyah <sup>2</sup>, Rina Puspita Sari <sup>3</sup>, Siti Rahayu <sup>4</sup>  
Program Studi Profesi Ners Universitas Yatsi Madani

Jl. Aria Santika No.40A Bugel, Margasari, Karawaci Kota Tangerang

Email: [astutisiti38@gmail.com](mailto:astutisiti38@gmail.com)

**Abstract :** *Gout or gout arthritis is a disease associated with high levels of uric acid in the blood. There are two ways to reduce uric acid, pharmacological and non-pharmacological. Non-pharmacological can be done by giving pineapple juice. Pineapple has a very high vitamin C content, pineapple also has a very good vitamin C content. This vitamin works by helping the system associated with the kidneys to excrete more uric acid. Besides that, it is also useful for keeping purines from being produced into uric acid. **Purpose:** The purpose of this paper is to provide an overview of nursing care for gout arthritis patients in reducing uric acid levels by administering pineapple juice. **Method:** Case study design using nursing care. This case study sample used 1 patient who was intervened for 7 days. **Results:** based on the implementation results on Mr. J by applying pineapple juice for 7 days, data on uric acid levels were obtained in Mr. J on the third day it decreased from 8.3 mg/dl to 8.0 mg/dl and uric acid levels on the 7th day were 7.3 mg/dl. So that the diagnosis of health maintenance is not effectively resolved and it can be concluded that there is a change, this shows the effect of giving pineapple juice in reducing uric acid levels.*

**Keywords:** *Nursing Care, Gout Arthritis, Pineapple Juice*

**Abstrak :** Penyakit asam urat atau gout arthritis adalah penyakit yang berhubungan dengan tingginya kadar asam urat dalam darah. Terdapat dua cara untuk menurunkan asam urat, farmakologis dan nonfarmakologis. Nonfarmakologis dapat dilakukan dengan pemberian jus nanas. Nanas memiliki kandungan vitamin C yang sangat tinggi, nanas juga mempunyai kandungan vitamin C yang sangat baik. Vitamin ini bekerja dengan membantu sistem yang berhubungan dengan ginjal untuk mengeluarkan lebih banyak asam urat. Selain itu bermanfaat juga untuk menjaga purin agar tidak diproduksi menjadi asam urat. **Tujuan:** Tujuan dari penulisan ini untuk memberikan gambaran asuhan keperawatan pasien gout arthritis dalam menurunkan kadar asam urat dengan pemberian jus nanas. **Metode:** Desain studi kasus menggunakan asuhan keperawatan. Sampel studi kasus ini menggunakan 1 pasien dilakukan intervensi selama 7 hari. **Hasil:** berdasarkan hasil implementasi pada Tn. J dengan pengaplikasian pemberian jus nanas selama 7 hari didapatkan data kadar asam urat pada Tn. J dihari ketiga mengalami penurunan dari 8,3 mg/dl menjadi 8,0 mg/dl dan kadar asam urat pada hari ke 7 yaitu 7,3 mg/dl. Sehingga diagnosa pemeliharaan kesehatan tidak efektif teratasi dan dapat disimpulkan dengan adanya perubahan, hal ini menunjukkan adanya pengaruh pemberian jus nanas dalam menurunkan kadar asam urat.

**Kata kunci:** Asuhan Keperawatan, Gout Arthritis, Jus Nanas

## PENDAHULUAN

Lanjut usia adalah bagian proses kehidupan yang tidak dapat dihindarkan dan akan dialami oleh setiap individu (Nathalia & Elvira, 2020). Menua adalah suatu keadaan yang akan terjadi didalam kehidupan manusia. Proses menua pada lansia mempengaruhi berbagai aspek kehidupan yaitu sosial, ekonomi dan terutama kesehatan karena semakin bertambahnya usia seseorang maka fungsi organ tubuh juga akan semakin menurun. Lanjut usia merupakan tahap akhir kehidupan manusia dari usia 60 tahun sampai kematian dan ditandai dengan perubahan kondisi fisik, psikis dan sosial yang saling berinteraksi (Herniwanti et al., 2020). Perkembangan penduduk lansia di dunia terdapat 703 juta orang berusia 65 tahun atau lebih didunia pada tahun 2019. Di Indonesia jumlah penduduk lansia mengalami peningkatan dari 18 juta jiwa (7,56%) pada tahun 2010, menjadi 25,9 juta jiwa (9,7%) pada tahun 2020 (Kemenkes RI, 2020).

Penyakit asam urat atau gout artritis adalah penyakit yang berhubungan dengan tingginya kadar asam urat dalam darah. Serangan asam urat bersifat mendadak, berulang dan disertai arthritis yang terasa sangat nyeri pada bagian persendian Seran, (Seran et al, 2020). Penyakit asam urat atau yang biasa dikenal dengan gout arthritis adalah suatu penyakit yang disebabkan karena penimbunan kristal monosodium urat didalam tubuh seseorang. Semakin bertambah usia, maka risiko memiliki kadar asam urat dalam darah juga semakin tinggi. Penimbunan kristal monosodium tersebut jika berlebih didalam tubuh dapat menyebabkan timbulnya asam urat atau gout arthritis. Asam nukleat terdapat didalam inti sel tubuh merupakan salah satu komponen yang terdapat dalam kandungan purin dan hal ini akan menyebabkan terjadinya asam urat (Jaliana et al., 2020).

Asam urat dianggap sebagai penyakit yang sudah umum terjadi pada masyarakat. Asam urat merupakan senyawa yang sudah ada di dalam tubuh manusia. Asam urat termasuk kedalam penyakit degeneratif selain hipertensi, diabetes miletus, osteoporosis, kolestrol, jantung dan stroke (Kemenkes, 2021). Asam urat (gout) diakibatkan karena hiperurisemia yang merupakan kondisi tingginya kadar asam urat dalam darah. Kondisi ini umum ditemukan pada lansia akibat lambatnya laju metabolisme tubuh dan asam urat menduduki urutan kedua masalah kesehatan lansia di Indonesia (Ria et al., 2021).

Menurut Word Health Organization (WHO, 2019) menyatakan angka asam urat di dunia akan meningkat sebesar 34,2% di negara maju, Amerika sebanyak 26,3% dan 16% bisa mengalami kecacatan dan nyeri. Berdasarkan data di Indonesia yang menderita penyakit asam urat diatas usia 45 tahun 35%, usia 55 -64 tahun 45%, usia 65-74 tahun 51,9% dan usia  $\geq$  75 tahun 54,8% (Sueni et al., 2021).

Penderita asam urat sering terjadi pada laki laki dibandingkan pada perempuan dengan data prevelensi yaitu 13,6 per 1.000 pria dan 6,4 per 1.000 wanita. Prevelensi penyakit asam urat (gout) berdasarkan diagnosis tenaga Kesehatan di Indonesia 7,3% dan berdasarkan diagnosis atau gejala 24,7%. (Riskesdas, 2019). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskedas) Banten tahun 2018 didapatkan data pada wilayah Banten sebanyak 6,15%, Kabupaten Tangerang ditemui data sebanyak 62,5% dan Kota Tangerang sebanyak 6,03% penderita asam urat.

Prevelensi penyakit sendi berdasarkan kelompok usia di Indonesia usia 35- 44 sebanyak 6,27%, usia 45-54 sebanyak 11,08 %, usia 55-64 sebanyak 15,55 %, usia 65-74 sebesar 18.63 % dan usia >75 sebanyak 18,95 %. (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Menurut Laporan Riskesdas Banten Tahun 2018 pengelompokan usia penyakit sendi di Daerah Banten antara usia 35-44 sebanyak 5,78 %, usia 45-54 sebanyak 10,85 %, usia 55-64 sebanyak 15,73 %, usia 65-74 sebanyak 16,89 % dan usia >75 sebanyak 20,31 %. (Riskesdas, 2019).

Dampak dari tingginya kadar asam urat dalam darah akan mempercepat kerusakan organ- organ tubuh terutama pada ginjal. Asam urat yang tinggi ini menjadi faktor terganggunya penyaringan ginjal. Inilah yang menyebabkan terjadinya penyakit batu ginjal. Ketika ginjal tidak mampu mengeluarkan zat. Sehingga zat tersebut mengkristal yang akan menjadi asam urat dan mengalami penumpukan di berbagai titik sendi dan jaringan tubuh lainnya. Akibatnya sendi akan terasa bengkak, meradang, nyeri, kaku dan rasa ngilu, biasanya terjadi pada pagi dan malam hari yang timbul secara mendadak. Sumber kenaikan kadar asam urat adalah penderita tidak mengontrol konsumsi makanan yang mengandung purin dan pola hidup tidak sehat. (Jaliana et al., 2020).

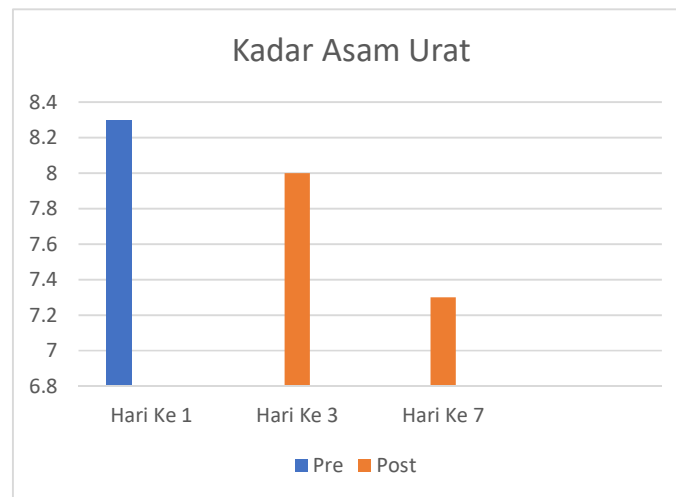
## **METODE**

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan observasional melalui studi kasus untuk memperoleh gambaran pemberian jus nanas pada penderita asam urat. Subyek yang digunakan dalam studi kasus yang diambil yaitu pasien dengan *Gout Arthritis* (Asam Urat). Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data menggunakan lembar pengkajian gerontik dan melakukan tindakan pemberian jus nanas.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Implementasi yang dilakukan pada Tn. J untuk masalah Keperawatan Pemeliharaan Kesehatan Tidak Efektif yaitu pemberian jus nanas, menurut buku Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (2018). Untuk mengatasi asam urat dapat dilakukan intervensi Observasi: Identifikasi kesiapan dan kemampuan menerima informasi, Identifikasi faktor-faktor yang dapat meningkatkan dan menurunkan perilaku hidup bersih dan sehat. Terapeutik: Sediakan materi dan media pendidikan kesehatan, Jadwalkan pendidikan kesehatan sesuai kesepakatan, Berikan kesempatan untuk bertanya. Edukasi: Jelaskan faktor resiko yang dapat mempengaruhi kesehatan, Ajarkan manajemen kesehatan yang tepat dalam membantu menurunkan asam urat salah satunya dengan pemberian jus nanas.

Grafik kadar Asam Urat pada Tn. J selama pemberian jus nanas



Pada saat kunjungan hari pertama Kamis, 13 Juli 2023 dilakukan pengecekan asam urat, melakukan edukasi kesehatan tentang asam urat, sebelum diberikan jus nanas, didapatkan hasil atau nilai asam urat 8,3 mg/dl. Setelah dilakukan pengecekan asam urat kemudian Tn. J meminum jus nanas, jus nanas diberikan 1x pemberian dalam sehari, pemberian jus nanas dilakukan selama 7 hari berturut-turut dan pengecekan asam urat dilakukan pre dan post (hari pertama, hari ketiga dan hari ke tujuh). Pada hari Jumat 14 Juli 2023 melakukan implementasi pendidikan kesehatan tentang asam urat dan pemberian jus nanas kepada Tn. J dengan evaluasi Tn. J senang diberi jus nanas untuk menurunkan asam urat. Pada hari Sabtu melakukan Implementasi kembali yaitu pemberian jus nanas kepada Tn. J dan sebelum diberikan jus nanas dilakukan pengecekan asam urat didapati hasil asam urat yaitu 8,0 mg/dl, pada hari ke tiga terjadi penurunan kadar asam urat dari hari pertama setelah dilakukan pengecekan kemudian di berikan jus nanas dengan evaluasi klien merasa senang. Melakukan implmentasi pada hari ke 4 yaitu memberikan jus nanas kepada Tn. J dengan

hasil evaluasi klien tampak senang, implementasi hari ke 5 yaitu memberikan jus kembali kepada Tn. j dengan evaluasi klien senang diberikan jus nanas, implementasi hari ke 6 pemberian jus nanas kepada Tn.j dengan hasil evaluasi klien mengatakan suka diberikan jus nanas untuk menurunkan kadar asam uratnya. Pada hari ke tujuh diberikan jus nanas dan setelah diberikan jus nanas melakukan pengecekan kembali asam urat untuk mengetahui kadar asam urat pada Tn. J setelah dilakukan pengecekan didapatkan hasil asam urat yaitu 7,3 mg/dl.

Asuhan keperawatan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Muthia Salsa, 2021) dengan judul “Pengaruh Jus Nanas Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis di Wilayah Puskesmas Rajeg Tahun 2021” Jenis Penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan Desain Pre eksperimen dengan rancangan one group pretest-posttest yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh jus nanas madu terhadap penurunan kadar asam urat sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh populasi pada penelitian ini semua penderita asam urat. Hasil penelitian dengan pengecekan asam urat menggunakan alat Easy Touch GCU. Dengan teknik pemberian jus nanas madu diberikan sebanyak 200ml perhari selama 7 hari. Dengan hasil penelitian sebelum diberikan terapi jus nanas madu rata-rata kadar asam urat responden adalah 8,3 mg/dl, dan sesudah diberikan terapi jus nanas madu rata-rata kadar asam urat responden adalah 6,7 mg/dl. Dapat disimpulkan bahwa pemberian jus nanas dapat menurunkan kadar asam urat.

Asuhan Keperawatan ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Fika Ayu Barokah (2022) Judul Penelitian “Pengaruh Pemberian Jus Nanas Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat pada Lansia di RT 05 RW 06 Kelurahan Rempoa Kecamatan Ciputat Timur Kota Tangerang Selatan” jenis penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan quasi eksperiment dengan rancangan *one group* pretest, posttest, sampel penelitian tersebut dipilih menggunakan Purposive sampling, hasil penelitian dengan pengecekan asam urat menggunakan alat Easy Touch GCU. Sebelum melakukan penelitian klien diberikan pendidikan kesehatan tentang asam urat. Penelitian dilakukan selama 7 hari. Sebelum dilakukan intervensi pemberian jus nanas nilai asam urat adalah 8,2 dan setelah dilakukan intervensi pemberian jus nanas nilai asam urat 6,6 mg/dl. Dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian jus nanas terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia.

Nanas merupakan buah yang memiliki kandungan vitamin C yang sangat tinggi, nanas juga mempunyai kandungan vitamin C yang sangat baik vitamin ini bekerja dengan membantu sistem yang berhubungan dengan ginjal untuk mengeluarkan lebih banyak asam urat. Selain itu bermanfaat juga untuk menjaga purin agar tidak diproduksi menjadi asam urat

(Aminah, 2020). Enzim bromelin didalam buah nanas mampu menyembuhkan asam urat. Buah nanas juga mengandung banyak vitamin C serta Kalium. Vitamin C berfungsi sebagai antioksidan, yakni untuk melindungi tubuh dari serangan berbagai penyakit. Kalium berperan dalam menjaga kesehatan otot tubuh. (Noormindhawati, 2020).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil implementasi pada Tn. J dengan pengaplikasian intervensi jus nanas selama 7 hari, masalah pemeliharaan kesehatan tidak efektif dengan pemberian jus nanas didapatkan hasil asam urat menurun dari 8,3 mg/dl sebelum pemberian, dilakukan pemberian jus nanas pada hari pertama, kemudian di berikan jus nanas pada hari ke dua, kemudian dihari ke tiga dan sebelum diberikan jus nanas dilakukan pengecekan, nilai asam urat Tn. J 8,0 mg/dl, yang artinya terjadi perubahan dari hari pertama, diberikan kembali jus nanas sampai hari ke 7 dilakukan pengecekan asam urat, nilai asam urat Tn. J 7,3 mg/dl masalah pemeliharaan kesehatan tidak efektif teratasi dengan adanya perubahan kadar asam urat pada Tn. J.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andi Karisda Dahlan, S. S.T., M. K. (2018). *Kesehatan Lansia: Kajian Teori Genterologi dan Pendekatan Asuhan Pada Lansia* (Edisi I). Intimedia.
- Anita, M. (2020). Pengaruh Konsumsi Jus Buah Nanas Terhadap Kadar Asam Urat Pada Penderita Athritis Gout. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditori*, 79–88.
- Barokah, F. A., & Ramadhan, G.E. (2023). *Pengaruh Pemberian Jus Nanas Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat pada Lansia di RT 05 RW 06 Kelurahan Rempoa Kecamatan Ciputat Timur Kota Tangerang Selatan*. 2(1), 121-128. <https://doi.org/10.555123/sehatmas.v2i1.1119>
- Jaliana, J., Suhadi, S., & Sety, L. . O. M. (2020). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Asam Urat Pada Usia 20-44 Tahun di RSUD Batheramas Provinsi Sulawesi Tenggara. *Jimkesmas*, 3(2), 13.
- Kementrian Kesehatan RI. (2020). Indonesia Masuki Periode Aging Population. *Jurnal Kesehatan*. <http://www.kemendes.go.id>
- Lumintang (2020). Pendidikan Kesehatan Untuk Mengontrol Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 17-22
- Salsa, M. (2021). Pengaruh Jus Nanas Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis di Wilayah Puskesmas Rajeg Tahun 2021. *Jurnal Nusantara Hasanah*.
- Seran, R., Bidjuni, H & Onibala, F. (2020). Hubungan antara Nyeri Gout Arthritis dengan Kemandirian Lansia di Puskesmas Towuntu Timur Kecamatan Pasan Kabupaten Minahasa Tenggara. *Jurnal Keperawatan*.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2018). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia : Definisi*

*dan Indikator Diagnosis (Edisi I).*

Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia : Definisi dan Tindakan Keperawatan (Edisi I).*

Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2018). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia : Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan (Edisi I).*

Yulianggraini. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian asam urat pada lansia di Desa Kiara Payung. *Kesehatan.*

Zuriati, Z., & Suriya, M (2020). *Efektivitas Pemberian Jus Nanas Dalam Menurunkan Kadar Asam Urat The Effectiveness of Giving Pineapple Juice In Reducing Uric Acid Levels. 4(2), 101-105.*