

## Pemeriksaan Status Gizi dan Kadar Asam Urat Lansia di Posyandu Abiyoso Polkesbaya

### Nutritional Status and Uric Acid Levels Examination in the Elderly at the Abiyoso Polkesbaya Integrated Service Post

Evy Diah Woelansari<sup>1</sup>, Juliana Christyaningsih<sup>1\*</sup>, Suhariyadi<sup>1</sup>, Lully Hanni Endarini<sup>1</sup>, Museyaroh<sup>1</sup>, Diah Titik Mutiarawati<sup>1</sup>, Wisnu Istanto<sup>1</sup>, Suliati<sup>1</sup>, Anik Handayati<sup>1</sup>, Sri Sulami Endah Astuti<sup>1</sup>, Pestariati<sup>1</sup>, Retno Sasongkowati<sup>1</sup>, Mamik<sup>2</sup>, Sri Utami<sup>2</sup>, Minarti<sup>3</sup>, Luthfi Rusyadi<sup>4</sup>, Liliek Soetjatie<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Jurusan Teknologi Laboratorium Medis, Poltekkes Kemenkes Surabaya, Surabaya  
Jl. Karangmenjangan 18A Surabaya

<sup>2</sup>Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Surabaya, Surabaya  
Jl. Karangmenjangan 12 – 14 Surabaya

<sup>3</sup>Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Surabaya, Surabaya  
Jl. Prof. Dr. Moestopo No. 8C Surabaya

<sup>4</sup>Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Surabaya, Surabaya  
Jl. Pucang Jajar Selatan No. 24B Surabaya

<sup>5</sup>Jurusan Teknik Elektro Medis, Poltekkes Kemenkes Surabaya, Surabaya  
Jl. Pucang Jajar Timur No. 10 Surabaya

\*Penulis Korespondensi: E-mail: juliana.christy123@gmail.com

**Abstrak:** Proses penuaan dapat memengaruhi kesehatan fisik lansia dan meningkatkan risiko berbagai gangguan kesehatan, termasuk hipertensi dan asam urat. Kegiatan ini berlangsung pada tanggal 14 Juni 2023 bertempat di Balai RW 2 Kelurahan Kertajaya, Surabaya dan dihadiri 59 lansia yang berdomisili di RW 1 dan RW 2 Kelurahan Kertajaya Kecamatan Gubeng Surabaya. Jenis kegiatan yang dilaksanakan adalah pengukuran status gizi, asam urat dan senam hipertensi. Hasil pemeriksaan mengungkapkan 57,6% lansia memiliki kadar asam urat yang tinggi dan mayoritas memiliki kelebihan berat badan, sehingga lansia perlu mengendalikan tekanan darah dengan pengobatan yang diresepkan oleh dokter, perubahan gaya hidup seperti diet rendah garam, olahraga teratur, dan menghindari stres.

**Kata kunci:** Lansia, asam urat, status gizi

**Abstract:** The aging process can affect the physical health of the elderly and increase the risk of various health problems, including hypertension and gout. This activity took place on 14 June 2023 at the 2 neighbourhood association building Kertajaya Village, Surabaya and was attended by 59 elderly people who live in 1 neighbourhood association and 2 neighbourhood association Kertajaya Village, Gubeng District Surabaya. The types of activities carried out were measurement of nutritional status, uric acid and hypertension exercises. The examination results revealed 57.6% of the elderly had high uric acid levels and the majority were overweight, so the elderly need to control blood pressure with medication prescribed by a doctor, lifestyle changes such as a low salt diet, regular exercise, and avoiding stress.

**Keywords:** Nutritional status, Elderly, Uric acid

#### PENDAHULUAN

Menurut informasi dari Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023, tercatat bahwa Indonesia mengalami peningkatan proporsi populasi yang mengalami masalah kesehatan dari tahun 2021 hingga 2022, meningkat dari 27,23% menjadi 29,94% (Badan Pusat Statistik, 2023).

Meningkatnya nilai keluhan kesehatan di Indonesia mencerminkan penurunan dalam tingkat pembangunan manusia di negara tersebut. Salah satu bentuk upaya yang dapat dilakukan oleh pemerintah dalam mencegah hal itu adalah memberikan masyarakat sebuah layanan kesehatan (Jean & Mongan, 2019). Sementara itu, Indonesia Tengah menghadapi

perubahan epidemiologi. Pola penyakit di Indonesia sedang berubah dari yang sebelumnya didominasi oleh penyakit menular menjadi lebih banyak didominasi oleh penyakit tidak menular. Transformasi gaya hidup yang meliputi kebiasaan makan yang tidak seimbang, kurangnya aktivitas fisik, merokok, peningkatan tingkat stres, serta faktor-faktor lainnya, telah mengakibatkan peningkatan signifikan dalam jumlah penyakit tidak menular dari 37% pada tahun 1990 menjadi 57% pada tahun 2015. Dampaknya, penyakit-penyakit degeneratif seperti penyakit pembuluh darah otak, asam urat, penyakit jantung, diabetes, dan kanker, kini menjadi penyebab utama kematian dan kecacatan di Indonesia (Sunjaya & Anthony P, 2019). Penyakit degeneratif adalah jenis penyakit yang terjadi akibat berkurangnya fungsi organ tubuh (Ifadah & Marlina, 2019). Seiring bertambahnya usia, seseorang akan mengalami proses penuaan dan degradasi sel yang menyebabkan penurunan kinerja berbagai organ tubuh, termasuk hingga pada tingkat sel. Berdasarkan laporan *World Population Ageing* 2019, populasi lansia di seluruh dunia mencapai sekitar 703 juta individu yang berusia 65 tahun atau lebih. Sedangkan di Indonesia, jumlah penduduk lansia mengalami peningkatan dari 25,9 juta jiwa (9,7%) pada tahun 2019 menjadi 27,1 juta jiwa (9,99%) pada tahun 2020. Pertumbuhan lanjut usia akan memunculkan berbagai penyakit kronis pada lansia, salah satunya adalah asam urat (Kemenkes, 2019; Nations et al., 2019). Kadar asam urat dalam tubuh manusia dipengaruhi oleh keseimbangan antara produksi dan pengeluarannya. Produksi asam urat dipengaruhi oleh pola makan dan proses internal tubuh seperti biosintesis, degradasi, dan akumulasi cadangan asam urat. Apabila produksi asam urat meningkat dapat mengakibatkan kondisi hiperurisemia yaitu kondisi ketika kadar asam urat dalam darah melebihi nilai normal (Lubis & Lestari, 2020). Kualitas hidup dan kesehatan para lansia dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah keterbatasan akses mereka terhadap layanan kesehatan. Kurangnya informasi mengenai pentingnya menjalani pemeriksaan kesehatan juga turut berkontribusi terhadap meningkatnya permasalahan kesehatan di

kalangan lansia. Oleh karena itu, diperlukan kebutuhan untuk mengadakan kegiatan pengabdian masyarakat yang mencakup pemeriksaan kesehatan bagi para lansia, serta memberikan informasi mengenai pola makan yang sehat untuk mengatasi dan mencegah berbagai masalah kesehatan yang mungkin timbul (Widiyanti & Fery Lusviana, 2019).

Mengacu pada tantangan yang dijelaskan di atas, penulis merasa terdorong untuk menginisiasi kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk pemeriksaan tingkat kadar asam urat dalam darah pada para lansia Posyandu Abiyoso di Polkesbaya. Dengan melaksanakan kegiatan ini, diharapkan bahwa masyarakat dapat mengadopsi langkah-langkah pencegahan, seperti menjaga pola makan dan gaya hidup yang sehat, serta mengkonsultasikan kondisi kesehatan mereka kepada tim medis.

#### METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan Posyandu Lansia Abiyoso Polkesbaya dilaksanakan pada tanggal 14 Juni 2023, yang bertempat di Balai RW 2 Kelurahan Kertajaya, Surabaya. Kegiatan posyandu diikuti oleh 59 lansia yang berdomisili di RW 1 dan RW 2 Kelurahan Kertajaya Kecamatan Gubeng Surabaya. Bentuk pengabdian masyarakat yang dilakukan dalam kegiatan ini adalah pemeriksaan kesehatan kadar asam urat dan pengukuran status gizi, juga dilakukan senam hipertensi peserta lanjut usia dengan pendampingan tim pengabdian masyarakat dan mahasiswa.

Bahan dan alat yang digunakan dalam kegiatan posyandu lansia ini adalah alat pengukur tinggi dan berat badan untuk menganalisis status gizi lansia serta *Point Of Care Test* (POCT) digunakan sebagai alat pemeriksaan asam urat secara cepat. Metode pelaksanaan kegiatan yang dipakai adalah ikut mengisi kegiatan saat pertemuan rutin posyandu lansia Abiyoso Polkesbaya dengan memberikan pelayanan kepada masyarakat. Kontribusi partisipasi mitra dalam hal ini menyediakan fasilitas ruangan dan kesediaan lansia untuk hadir pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Metode pengumpulan dan pengolahan data dilakukan dengan cara mengambil darah lansia untuk memeriksa

kadar asam urat dan mengukur IMT untuk menentukan status gizi lansia, setelah itu data yang diperoleh dinyatakan dalam persen.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan dimulai dengan pendataan diri dan status kesehatan peserta, sosialisasi kesehatan lansia, dan senam peregangan sendi. Secara sistematis, prosedur pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini mencakup langkah-langkah yaitu 1) Registrasi peserta (gambar 1); 2) Konsultasi dan pemeriksaan asam urat lansia (gambar 2); 3) Pengukuran status gizi (gambar 3); dan 4) Senam hipertensi (gambar 4).



Gambar 1. Registrasi Peserta Kegiatan



Gambar 2. Konsultasi dan Pemeriksaan Kadar Asam Urat Lansia

Selama pelaksanaan kegiatan, hadir sejumlah 59 peserta dari masyarakat yang menunjukkan antusiasme yang tinggi. Dalam tahap konsultasi kesehatan, peserta mengajukan berbagai pertanyaan seputar asam urat, yang kemudian

direspons hangat oleh tim medis yang terlibat dalam diskusi. Selama kegiatan berlangsung, peserta aktif terlibat dalam tanya jawab serta mengikuti dialog dengan baik.



Gambar 3. Pengukuran Berat Badan dan Tinggi Badan



Gambar 4. Senam Hipertensi Bersama Tim Pengabdian Masyarakat

Tabel 1. Data Hasil Pemeriksaan Kesehatan Kadar Asam Urat dan Status Gizi Lansia

Variabel	Jumlah lansia (n)
Status Gizi Normal + kadar asam urat normal	7
Status Gizi Normal + Hiperurisemia	11
Status Gizi lebih + kadar asam urat normal	18
Status Gizi lebih + kadar asam urat tinggi	13
Status Gizi obesitas + kadar asam urat normal	0
Status Gizi obesitas + kadar asam urat tinggi	10



Dari data yang didapatkan melalui pemeriksaan dan konsultasi kesehatan, didapati kesimpulan bahwa kondisi kadar asam urat tinggi berpotensi dapat didapatkan pada lansia, terutama pada peserta yang mengalami kelebihan berat badan. Hal ini didukung dengan data bahwa seluruh lansia yang memiliki obesitas didapati memiliki hiperurisemia, hasil serupa didapatkan dalam artikel Dewi (2022) dan Lubis (2020) (S. R. Dewi et al., 2022; Lubis & Lestari, 2020).



Gambar 5. Diagram Perbandingan Kesehatan Kadar Asam Urat Pada Lansia

Setelah melaksanakan pemeriksaan dan pengumpulan data, ditemukan bahwa dari total 59 peserta lansia yang mengikuti kegiatan, 25 di antaranya memiliki kadar asam urat dalam batas normal, sementara yaitu 34 peserta sisanya memiliki kadar asam urat tinggi. Hasil serupa juga didapatkan dalam artikel Tane (2023), Dewi, N. (2019) dan Purnasari (2019) (N. Dewi, 2019; Purnasari et al., 2019; Tane et al., 2023).

Berdasarkan hasil perbandingan status kesehatan peserta lansia yang terlibat dalam kegiatan ini, diharapkan masyarakat dapat mengambil tindakan pencegahan dengan berunding bersama tim medis, dan pola makan gizi seimbang (Kushargina et al., 2022; Rahmiati, 2022; Sulistiawati & Septiani, 2022).

## SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat bertempat di Balai RW 2 Kelurahan Kertajaya, Surabaya pada tanggal 14 Juni 2023, didapati 34 peserta dari 59 warga lansia Kertajaya yang mengikuti pemeriksaan memiliki kadar asam urat yang tinggi. Dari 34 peserta yang menunjukkan tingkat asam urat yang meningkat, kebanyakan dari mereka memiliki kelebihan berat badan. Dengan demikian, dapat disarankan bahwa

peningkatan kadar asam urat ini cenderung dipengaruhi oleh pola makan serta gaya hidup sehari-hari yang dijalani oleh peserta. Rekomendasi Kebijakan setelah dilakukan pemeriksaan kesehatan, diharapkan lansia dapat menjaga kesehatan khususnya pola makan agar terhindar dari kadar asam urat tinggi dan segera berkonsultasi dengan tenaga kesehatan Puskesmas Pucang Sewu Surabaya.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan untuk pengurus Posyandu Lansia Abiyoso Polkesbaya yang telah memberikan kesempatan tim pengabdian untuk melaksanakan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat secara Mandiri.

## DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. (2023). Statistik Indonesia 2023.
- Dewi, N. (2019). Hubungan Kadar Asam Urat dengan Tekanan darah pada Ibu dan Lansia di Posyandu Guyup Rukun Kelurahan Penanggungan Malang. *Jurnal Keperawatan Florence*, 4(1), 25–36.
- Dewi, S. R., Pertiwi, K. A., & Mahrissa, I. (2022). Analisis Determinan Status Nutrisi pada Lansia yang Tinggal di Komunitas (Studi Kasus Lansia di Kabupaten Jember). *The Indonesian Journal of Health Science*, 14(1), 46–57.
- Ifadah, E., & Marlina, T. (2019). Pemeriksaan Kesehatan Tekanan Darah Dan Glukosa Darah (DM) Gratis Di Wilayah Kampung Sawah Lebak Wangi akarta Selatan. *Jurnal Pelayanan dan Pengabdian Masyarakat*.
- Jean, J., & Mongan, S. (2019). Pengaruh Pengeluaran Pemerintah Bidang Pendidikan dan Kesehatan terhadap Indeks Pembangunan Manusia di Indonesia.
- Kemkes. (2019). Indonesia Masuki Periode Aging Population. <https://www.kemkes.go.id/article/print/19070500004/indonesia-masuki-periode-aging-population.html>
- Kushargina, R., Dainy, N. C., & Suryaalamsh, I. I. (2022). Edukasi Lansia dengan Pendekatan Health Belief Model: Lansia

- 'Serasi' (Sehat Dengan Makan Sayur Setiap Hari). *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)* 463, 6 (1), 451. <https://doi.org/10.31764/jmm.v6i1.6430>
- Lubis, D. A. A., & Lestari, I. C. (2020). Perbedaan Kadar Asam Urat pada Lansia dengan Indeks Massa Tubuh Normal dan Overweight. *Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis*, 9(1). <http://bit.ly/jurnalibnunafis>
- Nations, U., of Economic, D., Affairs, S., & Division, P. (2019). *World Population Ageing 2019: Highlights*.
- Purnasari, G., Sulasyi, S., & KR, R. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kadar Asam Urat pada Lansia di Posbindu Sedap Malam Desa Cikarawang. Prosiding Seminar Nasional INAHCO, 1.
- Rahmiati, F. B. (2022). Status Gizi dan Kesehatan Kaitannya dengan Kualitas Hidup Lansia di Desa Midang dan Sembalun, NTB. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(8), 949–956. <https://doi.org/10.31934/mppki.v2i3>
- Sulistiawati, F., & Septiani, B. D. S. (2022). Gambaran Status Gizi dan Asupan Zat Gizi Makro Kelompok Lansia Rumah Senja di Desa Jenggik Kabupaten Lombok Timur. *Medika: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 2(2), 1–5. <https://unu-ntb.e-journal.id/medika>
- Sunjaya, & Anthony P. (2019). Potensi, Aplikasi dan Perkembangan Digital Health. *Journal Of The Indonesian Medical Association*, 69(4), 167–169. <https://mki-ojs.idionline.org/jurnal/article/view/63>
- Tane, N. S., Lasanuddin, H. V., & Harismayanti. (2023). Hubungan Status Gizi dengan Angka Kejadian Ghout Arthritis pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga. *Journal of Educational Innovation and Public Health*, 1(2), 79–90.
- Widiany, & Fery Lusviana. (2019). Pemeriksaan Kesehatan Lansia di Posyandu Lansia Dusun Demangan Gunung, Pleret, Bantul Fery Lusviana Widiany. *Dharma Bakti*, 2(2), 45.