



PENGARUH REBUSAN DAUN SIRSAK TERHADAP PENURUNAN KADAR ASAM URAT PADA LANSIA

Sudarso^{1*}, Siti Nur Farida²

¹Program Studi S1 Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bahrul Ulum Jombang, JL KH. Wahab Chasbullah, Jl. Merpati Tambakberas No.IV, Tambak Rejo, Jombang, Jawa Timur 61451, Indonesia

²Program Studi Diploma Tiga Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang, JL Veteran, Mancar Peterongan, Mancarmalang, Mancar, Jombang, Jawa Timur 61481, Indonesia

[*muhamadsudarso29@gmail.com](mailto:muhamadsudarso29@gmail.com)

ABSTRAK

Menua adalah tahapan alami yang pasti dilalui manusia dalam hidup dan seringkali ditandai dengan penurunan atau perubahan keadaan fisik serta psikologis, perubahan keadaan fisik diantaranya ditandai dengan penyakit degeneratif pada lanjut usia, seperti hipertensi, asam urat, stroke, dan diabetes mellitus. Tujuan penelitian adalah menganalisis pengaruh dari rebusan daun sirsak terhadap penurunan kadar asam urat pada lanjut usia. Desain analisis menggunakan *pra eksperimental* melalui pendekatan *One Group Pre test dan Post test Design*. Populasi dalam penelitian seluruh lansia penderita asam urat sejumlah 35 responden. Sampel penelitian sejumlah 30 lanjut usia yang tercakup dalam standart inklusi dan eksklusi mempergunakan *Non probability sampling* dengan *purposive sampling* dimana semua lansia dikumpulkan dalam satu waktu secara bersamaan kemudian di ukur kadar asam uratnya sebelum di berikan intervensi selama 7 hari berturut turut dan pada hari ke 8 lansia dilakukan pengukuran kadar asam uratnya kembali setelah itu diujikan menggunakan *Wilcoxon Sign Rank Test* dalam menganalisis datanya. Variabel independen intervensi rebusan daun sirsak dan variabel dependen kadar asam urat pada lanjut usia. Hasil penelitian menunjukkan rebusan daun sirsak berpengaruh secara signifikan untuk menurunkan kadar asam urat pada lanjut usia dengan nilai *p value* $0,003 < 0,05$ mengartikan terdapat pengaruh intervensi rebusan daun sirsak untuk menurunkan kadar asam urat pada lanjut usia di Dusun Bangle Dapur Kejambon Jombang. Simpulan analisis yaitu pemberian rebusan daun sirsak berpengaruh secara signifikan untuk menurunkan kadar asam urat pada lanjut usia di Dusun Bangle Dapur Kejambon Jombang.

Kata kunci: asam urat; daun sirsak; lansia

THE EFFECT OF SOURSOP LEAF DECOKE ON REDUCING URIC ACID LEVELS IN THE ELDERLY

ABSTRACT

*Aging is a natural stage that humans definitely go through in life and is often marked by a decline or change in physical and psychological conditions, changes in physical conditions including those marked by degenerative diseases in the elderly, such as hypertension, gout, stroke, and diabetes mellitus. The purpose of this study was to analyze the effect of soursop leaf decoction on reducing uric acid levels in the elderly. The analysis design used a pre-experimental approach through the One Group Pre-test and Post-test Design. The population in the study were all elderly people with gout, totaling 35 respondents. The study sample of 30 elderly people included in the inclusion and exclusion standards used Nonprobability sampling with purposive sampling where all elderly people were collected at one time simultaneously and then their uric acid levels were measured before being given intervention for 7 consecutive days and on the 8th day the elderly had their uric acid levels measured again after which they were tested using the Wilcoxon Sign Rank Test in analyzing the data. The independent variable of soursop leaf decoction intervention and the dependent variable of uric acid levels in the elderly. The results showed that soursop leaf decoction had a significant effect on reducing uric acid levels in the elderly with a *p value* of $0.003 < 0.05$, meaning that there was an effect of soursop leaf decoction intervention to reduce uric acid levels in the elderly in Bangle Dapur Kejambon Jombang Hamlet. The conclusion analysis is that giving soursop leaf decoction has a significant effect on reducing uric acid levels in the elderly in Bangle Dapur Kejambon Jombang Hamlet.*

Keywords: elderly; gout; soursop leaves

PENDAHULUAN

Lansia termasuk salah satu tahapan hidup manusia. Menua masuk ke tahapan ke tiga yang secara alami akan dilalui setiap manusia dimana setiap manusia akan melalui tiga tahapan dalam kehidupannya yakni masa anak, masa dewasa serta masa lansia (Mawaddah, 2020). Menua seringkali ditandai dengan penurunan atau perubahan keadaan fisik serta psikologis, perubahan keadaan fisik salah satunya ditandai dengan penyakit degeneratif pada lanjut usia, antara lain hipertensi, asam urat, stroke, serta diabetes mellitus (Mighra & Djaali, 2020). Penimbunan kristal asam urat yang terjadi di jaringan sendi karena ketidaknormalan tubuh dalam memetabolisme purin sehingga berakibat pada tingginya kadar gout dalam darah adalah tanda dari terjadinya hiperurisemia (Nu Faiz et al., 2022). Pemicu timbulnya asam urat dikarenakan beberapa aspek diantaranya aspek genetika, obesitas, hipertensi, gangguan jantung, usia dan kekurangan mineral, penderita biasanya juga tidak mematuhi diet, tidak tau makanan apa saja yang tergolong tinggi purin serta tidak mengetahui akibat yang akan terjadi karena ketidak patuhannya tersebut. (Fitriani et al., 2021).

Gejala umum yang seringkali dialami pada lanjut usia dengan peningkatan kadar purin diantaranya : nyeri sendi secara tiba-tiba, ketidak mampuan melakukan pergerakan akibat nyerinya diperparah pada malam hari terjadi bengkak, timbul panas, terjadi kemerahan kulit disekitar sendi, pada saat gejala berkurang akan terjadi pengempisan pada daerah yang bengkak namun akan menimbulkan sisik pada kulit disekitar sendi yang nyeri serta terjadi pengelupasan kulit dan penderita akan mengalami rasa gatal. (Syahadat & Vera, 2020). Menurut (Fitriani, 2021), salah satu cara yang tergolong mampu mengurangi ingginya kandungan asam urat yakni dengan mengontrol makanan yang dikonsumsi dengan cara memilih makanan yang kadar purinnya rendah tidak minum minuman yang mengandung alkohol serta perbanyak mengkonsumsi air putih dan lakukan olahraga.

Pengobatan asam urat dapat menggunakan terapi farmakologi yang berupa obat-obatan nonsteroid dimana obat-obatan nonsteroid secara fungsional mampu mengatasi dampak inflamasi serta rasa nyeri pada asam urat, kolkisin dan kortikosteroid serta terapi non farmakologis yang berupa daun sirsak (*Annona muricata*), daun salam (*Syzygium polyanthum*), daun pepaya (*Carica papaya*), bawang putih (*Allium sativum*), dan daun mahkota dewa (*Phaleria macrocarpa*), terapi daun sirsak termasuk ke dalam terapi komplementer yang efektif untuk dijadikan obat karena kandungannya berupa *acetogenin* dan *flavonoid* yang berguna sebagai antioksidan yang bekerja mempengaruhi *enzim xanthin oksidase* terproduksi dan mampu menurunkan kadar gout pada darah. (Dewi et al., 2021). Tujuan dilakukannya penelitian guna mengetahui “Pengaruh dari daun sirsak yang direbus untuk menurunkan kadar asam urat lansia Dusun Bangle Dapur Kejambon Jombang”.

METODE

Desain di analisis memakai *pra eksperimen* menggunakan *One Group Pre test and Post test Design*, sedangkan populasi penelitian yakni semua lanjut usia yang mengalami asam urat sejumlah 35 responden, sedangkan sampelnya yaitu sebagian dari lanjut usia yang mengalami asam urat yang mencakupi kriteria inklusi maupun kriteria eksklusi dengan *Non Probability Sampling* menggunakan *Purposive Sampling* dan data di analisis memakai *Uji Wilcoxon Sign Rank Test*. Instrumen penelitian yang digunakan pada Variabel independen adalah SOP pemberian air rebusan daun sirsak dan variable dependen di ukur menggunakan GCU (Glucose, Cholesterol, Uric Acid), untuk perlindungan responden peneliti menggunakan persetujuan berdasarkan informasi, anonimitas, kerahasiaan, dan keadilan bagi responden. Penelitian ini sudah laik etik oleh Komite Etika Penelitian Kesehatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bahrul Ulum No. 027/KEPK/ST.BU/I 2025.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.
Karakteristik Responden

Karakteristik	f	%
Berat Badan		
Kurus	11	36,7
Ideal	19	63,3
Obesitas	0	0
Usia.		
30-60 Tahun	0	0
>60 Tahun	30	100
Jenis Kelamin		
Laki-laki.	0	0
Perempuan.	30	100

Hasil penelitian pada table 1 didapatkan sebagian besar dari responden dengan berat badan ideal sebanyak 19 lansia (63,3%), dan dari segi usia responden seluruhnya berusia >60 tahun sejumlah 30 lanjut usia (100%), kemudian untuk jenis kelamin responden seluruhnya dari responden berjenis kelamin Perempuan sejumlah 30 lansia (100%).

Tabel 2
Distribusi frekuensi responden terkait mengkonsumsi alkohol studi dusun bangle dapur kejambon Jombang

Mengkonsumsi alkohol	f	%
Iya	0	0
Tidak	30	100

Hasil penelitian pada table 2 didapatkan bahwa seluruhnya dari responden tidak mengkonsumsi alkohol (100%).

Tabel 3.
Distribusi frekuensi responden terkait penggunaan obat asam urat studi didusun bangle dapur kejambon Jombang

Obat Asam Urat	f	%
Iya	24	80
Tidak	6	20

Berdasarkan tabel 3. diketahui bahwa hampir seluruhnya responden menggunakan obat asam urat sejumlah 24 responden (80%).

Tabel 4.
Distribusi frekuensi responden berdasarkan mengkonsumsi makanan seperti jeroan, daging, dll di dusun bangle desa dapur kejambon Jombang

Mengkonsumsi makanan seperti jeroan, daging, dll	f	%
Iya	7	23,3
Tidak	23	76,7

Hasil penelitian dari table 4. menunjukkan hampir seluruhnya responden tidak mengkonsumsi makanan seperti jeroan, daging, dll sebanyak 23 lansia (76,7%).

Tabel 5.
Distribusi frekuensi responden terkait pernah mengalami asam urat dalam keluarga studi di dusun bangle dapur kejambon Jombang

Riwayat Asam Urat Dalam Keluarga	f	%
Iya	8	26,7
Tidak	22	73,3

Hasil penelitian dari table 5. didapatkan sebagian besar dari lansia tidak mempunyai masalah asam urat dalam keluarga sejumlah 22 lansia (73,3%).

Tabel. 6.

Distribusi frekuensi responden terkait kadar asam urat sebelum intervensi rebusan daun sirsak diberikan.

Pre-test		
Kadar asam urat	f	%
Normal	0	0
Tinggi	30	100

Berdasarkan hasil pada tabel 6. didapatkan keseluruhan lansia sejumlah 30 orang (100%) teridentifikasi mengalami asam urat tinggi sebelum intervensi di berikan

Tabel. 7.

Distribusi frekuensi responden terkait kadar asam urat setelah intervensi pemberian rebusan daun sirsak

Post-test		
Kadar asam urat	f	%
Normal	25	83,3
Tinggi	5	16,7

Hasil penelitian dari tabel 7. menunjukkan bahwa sesudah intervensi terapi rebusan daun sirsak diberikan hampir seluruhnya responden teridentifikasi mempunyai asam urat dalam batas normal sejumlah 25 lanjut usia (83,3%) dan lanjut usia yang teridentifikasi tidak normal sejumlah 5 orang (16,7%).

Tabel 8.

Distribusi frekuensi responden terkait kadar asam urat sebelum dan setelah di berikan intervensi rebusan daun sirsak

Kadar asam urat	Pre-test		Post-test	
	f	%	f	%
Normal	0	0	25	83,3
Tinggi	30	100	5	16,7
Hasil uji <i>statistic Wilcoxon</i>	Asymp. Sig. (2-tailed) =0,003			

Hasil penelitian dari tabel 8. output *Wilcoxon signed ranks-test* didapatkan *Asymp Sig.(2-tailed)* nya adalah $0,003 < 0,05$ maka H_0 tertolak dan H_1 diterima. Kesimpulannya terdapat pengaruh dari pemberian intervensi rebusan daun sirsak terhadap turunnya kadar asam urat.

Berdasarkan tabel 6 didapatkan sebelum intervensi rebusan daun sirsak diberikan seluruh lanjut usia mengalami kadar asam urat tidak normal atau tinggi yakni sejumlah 30 responden (100%). Pendapat peneliti tingginya asam urat yang di alami lansia memiliki perbedaan dan hal tersebut terjadi karena beberapa penyebab diantaranya karena usia, jenis kelamin, tingginya kandungan purin dalam makanan yang mereka konsumsi seperti daging, jeroan kacang dan lain-lain, hasil penelitian (Linda, 2020) juga berpendapat hal yang sama dimana penyebab asam urat terjadi diantaranya adalah karena usia dan jenis kelamin serta produksi asam berlebih, pembuangan asam urat berkurang.

Berdasarkan hasil penelitian pada table 1. didapatkan mayoritas responden penelitian mempunyai usia >60 tahun sejumlah 30 responden (100%). Peneliti berpendapat bahwa perubahan-perubahan yang dialami lansia seperti halnya perubahan pada fisik, perubahan mental, maupun psikologis berpengaruh pada tingginya kadar asam urat seperti ketidakmampuan ginjal dalam mensekresi purin akibatnya purin akan mengendap, jika purin yang menumpuk didalam tubuh semakin banyak maka akan membuat ginjal bekerja lebih berat lagi dalam membuang purin melalui urine sehingga didalam darah akan terjadi peningkatan jumlah kadar asam urat. Selain itu gangguan urokinase juga disebabkan karena proses penuaan sehingga proses sekresi asam urat juga terkendala. Efendi & Natalya, (2022) faktor usia juga

mempengaruhi lansia dalam proses metabolisme, dengan penurunan metabolisme beberapa enzim produksinya juga terpengaruh seperti hormon estrogen dan urikinase, asam urat yang biasanya dioksidasi oleh hormon urikinase untuk mudah dibuang dalam bentuk alotonin juga akan mengalami penurunan, sehingga apabila pembentukan enzim mengalami gangguan maka juga akan terjadi peningkatan kadar gout atau asam urat.

Penyebab yang lain yaitu faktor jenis kelamin, dikaitkan dengan table 1 didapatkan seluruhnya dari lansia atau sejumlah 30 lanjut usia (100%) adalah perempuan. Pendapat peneliti tingginya kadar gout salah satunya di pengaruhi oleh jenis kelamin, dimana jenis kelamin perempuan juga ikut andil dalam peningkatan kadar asam urat, karena perempuan yang sudah memasuki usia lansia juga terjadi menopause pada saat menopause produksi hormone mengalami penurunan sehingga perempuan lansia juga akan rentan mengalami peningkatan kadar asam urat dalam darahnya. Menurut pendapat Syifa Ardiah, (2020) lansia dengan jenis kelamin perempuan dengan menopause juga tidak kalah tingginya dengan laki-laki dikarenakan terjadi penurunan hormone.

Paparan hasil analisis pada table 4 diperoleh sebagian besar responden tidak mengkonsumsi makanan seperti jeroan, daging, dll sebanyak 23 responden (76,7%). Menurut peneliti asupan makanan penting di lakukan kontrol karena setiap makanan yang dikonsumsi di pastikan mengandung purin bahkan sebagian lansia juga mengatakan kesulitan dalam melakukan kontrol terhadap semua makanan yang mengandung purin tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Verawati (2020) juga mendukung pendapat ini dimana verawati menyatakan bahwa semua makanan mengandung purin hanya saja jumlahnya berbeda dalam setiap makanan, yang patut diwaspadai salah satunya adalah asupan makanan tinggi protein seperti halnya daging, kacang-kacangan, jeroan, dan ikan laut.

Berdasarkan hasil penelitian di atas usia dan jenis kelamin maupun pola makan ada pengaruhnya terhadap tingginya kadar gout pada lanjut usia dusun bangle dapur kejambon jombang dimana kebanyakan responden yang mengalami asam urat menggunakan pengobatan farmakologi dalam mengurangi nyeri dan peradangan pada sendinya dengan obat-obatan golongan pereda nyeri yakni kelompok OAINS, pemberian terapi farmakologi dalam jangka lama berakibat terganggunya fungsi dari hatinya maupun fungsi dari ginjalnya sehingga pemberian terapi intervensi non farmakologi rebusan daun sirsak bisa dipergunakan untuk menggantikan obat-obatan farmakologi. (Aysah & Hidayat, 2022) juga mengatakan pengobatan asam urat yang tergolong baik dan tidak menimbulkan efek yakni pengobatan non farmakologi yang aman dan tidak menimbulkan komplikasi.

Berdasarkan tabel 7 didapatkan bahwa setelah pemberian intervensi daun sirsak yang direbus hampir seluruhnya dari lanjut usia yang diberikan intervensi memiliki kadar gout dalam rentan normal sejumlah 25 responden (83,3%) kemudian untuk responden dengan kadar gout yang masih tergolong tinggi sejumlah 5 orang (16,7%) terbukti pemberian rebusan daun sirsak yang dilakukan tujuh hari berturut-turut kepada lansia yang mengalami ketidak normalan nilai asam urat berangsur-angsur menurun, dibuktikan dengan hampir seluruhnya sebanyak 25 lansia (83,3%) kadar asam uratnya dalam batas normal. Peneliti berpendapat bahwa terapi komplementer menggunakan daun sirsak yang direbus mampu menurunkan kadar gout dalam darah pada lanjut usia karena kandungan yang ada di dalamnya seperti flavonoid dan asetat serta astiri berguna sebagai antioksidan dengan menghambat *enzim xanthin oksidase* terproduksi sehingga mampu menurunkan pembentukan kadar gout.

SIMPULAN

Pemberian rebusan daun sirsak berpengaruh secara signifikan untuk menurunkan asam urat pada lanjut usia di dusun bangle dapur kejambon jombang.

DAFTAR PUSTAKA

- Aysah, S., & Hidayat, F. R. (2022). *Efektifitas Air Rebusan Daun Sirsak terhadap Kadar Asam Urat Pada Lansia di d Posyandu Lansia Jonggon Jaya Kutai Kartanegara*. *Borneo Student Research*, 3(3), 2788–2792.
- Dewi, S. R., Wahyuningsih, E. S., & Gunarti, N. S. (2023). Literatur Riview: Telaah Pengobatan Modern Dan Tradisional Pada Penyakit Asam Urat (Gout). *Jurnal Buana Farma*, 3(4), 141-153.
- Efendi, M., & Natalya, W. (2022). *An Overview Of Uric Acid Levels In The Elderly In Rowoyoso Village , Pekalongan Regency Gambaran Kadar Asam Urat Pada Lanjut Usia Di Desa Rowoyoso Kecamatan Wonokerto Kabupaten Pekalongan*. 1054–1060.
- Fitriani, R., Azzahri, L. M., Nurman, M., Nizar, M., Hamidi, S., Studi, P., Kesehatan, I., Universitas, M., Tambusai, P. T., Keperawatan, I., Pahlawan, U., & Tambusai, T. (2021). *Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat (Gout Arthritis) Pada Usia Dewasa 35-49 Tahun*. *Jurnal Ners*, 5(1), 20–27.
- Linda, R. K. (2020). *Pengaruh Pemberian Air Rbusan Daun Sirsak Terhadap Kadar Asam Urat Pada Lansia*. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 21(1).
- Mawaddah, N., & Wijayanto, A. (2020). Peningkatan Kemandirian Lansia Melalui Activity Daily Living Training Dengan Pendekatan Komunikasi Terapeutik. *Hospital Majapahit (Jurnal Ilmiah Kesehatan Politeknik Kesehatan Majapahit Mojokerto)*, 12(1), 32-40.
- Mighra, B. A., & Djaali, W. (2020). Peningkatan Pengetahuan Lansia tentang Penyakit Degeneratif di Wilayah Kampung Tengah Kramat Jati. *Jurnal Pemberdayaan Komunitas MH Thamrin*, 1(2), 52–59.
- Nur Faiz, S., Hidayati, R., & Andrianto, A. (2022). *Asuhan Keperawatan Dengan Nyeri Kronis Pada Lansia Yang Mengalami Gout Arthritis Di Wilayah UPT Puskesmas Bangsal Kabupaten Mojokerto* (Doctoral dissertation, Perpustakaan Universitas Bina Sehat).
- Retnaningsih, D., & Amalia, R. (2023). Penerapan Mengonsumsi Air Rebusan Daun Sirsak Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia: Case Study. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 7(1), 1-5.
- Syhadat, A., & Vera, Y. (2020). *Penyuluhan Tentang Pemanfaatan Tanaman Obat Herbal Untuk Penyakit Asam Urat di Desa Labuhan Labo*. *Jurnal Education and Development*, 8(1), 424–427.
- Syifa Ardiah, s. Y. I. F. A. (2020). *Gambaran kadar asam urat pada pasien usia lebih dari 40 tahun di rsud m. Natsir solok pada tahun 2019* (doctoral dissertation, universitas perintis indonesia).
- Verawati, B., Yanto, N., & Rahayu, S. (2020). Hubungan konsumsi protein, status gizi dengan kejadian gout arthritis.