

Penerapan Mengonsumsi Air Rebusan Daun Sirsak Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia: *Case Study*

Dwi Retnaningsih¹⁾, Rizki Amalia²⁾

Program Studi Ners Universitas Widya Husada Semarang

dwiretnaningsih81@yahoo.co.id, rizkiamaliala0712@gmail.com

Diterima : 9 Juni 2022 . Disetujui : 24 Januari 2023 . Dipublikasikan : 31 Januari 2023

ABSTRAK

Peradangan pada sendi yang disebabkan oleh tingginya purin di dalam darah menyebabkan sakit pada persendian tulang sering menyerang pada lansia. Salah satu pengobatan non farmakologi bagi penderita asam urat adalah daun sirsak. Daun sirsak memiliki kandungan *flavonoid* dan *alkaloid* yang merupakan antioksidan. **Tujuan:** studi kasus bertujuan untuk mengetahui penerapan mengonsumsi air rebusan daun sirsak terhadap kadar asam urat dalam darah. Penelitian menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kasus pada lansia yang menderita asam urat mulai tanggal 27 Juli sampai dengan 2 Agustus 2020. Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi data menggunakan pengkajian dengan cara wawancara pengukuran asam urat menggunakan alat ukur kadar asam urat dalam darah (mg/dL). Sasaran adalah lansia, pemberian terapi daun sirsak ini diberikan selama 7 hari, sehari 2x pagi dan sore hari sebanyak 200ml. rata-rata nilai kadar asam urat sebelum diberikan intervensi (pre-test) adalah 8,7 – 9,0 mg/dl dan kadar asam urat setelah diberikan intervensi (posttest) adalah 5,5 – 5,8 mg/dl. studi kasus terbukti efektif mengonsumsi air rebusan daun sirsak untuk menurunkan kadar asam urat dalam darah.

Kata Kunci: Lansia, asam urat, purin, daun sirsak

ABSTRACT

Inflammation of the joints caused by high purines in the blood causes pain in the joints of the bones that often affects the elderly. One of the non-pharmacological treatments for gout sufferers is soursop leaves. Soursop leaves contain flavonoids and alkaloids which are antioxidants. The case study aims to determine the application of consuming soursop leaf boiled water on uric acid levels in the blood. The research used a descriptive method with a case approach in elderly people suffering from gout from July 27 to August 2 2020. The instrument used was a data observation sheet using assessment by means of interviews measuring uric acid using a measuring instrument for uric acid levels in the blood (mg/dL).). The target is the elderly, giving soursop leaf therapy is given for 7 days, 2x a day in the morning and evening as much as 200 ml. the average uric acid level before the intervention (pre-test) was 8.7 – 9.0 mg/dl and the uric acid level after the intervention (posttest) was 5.5 – 5.8 mg/dl. this study proved to be effective in consume boiled water soursop leaf decoction to reduce uric acid levels in the blood.

Keyword: Elderly, uric acid, purin, soursop Leaves

PENDAHULUAN

Gout merupakan penyakit pada tulang yang ditandai dengan tingginya purin di dalam tubuh yang mengakibatkan nyeri pada sendi. Penyakit ini biasa dijumpai pada laki – laki lanjut usia dan pada perempuan yang sudah *menopause*. Kadar asam urat di dalam tubuh dikatakan normal apabila perempuan memiliki kadar asam urat 2,4 – 6,0 mg/dL dan laki-laki: 3,4–7,0 mg/dL (LeMone, 2015).

Berdasarkan data WHO, di Indonesia penyakit asam urat ada di urutan nomor dua setelah osteoarthritis. Penderita asam urat di Indonesia mencapai 8,1% dari total penduduk, 29% diantaranya penderita asam urat memeriksakan ke balai kesehatan, dan sisanya 71% mengonsumsi

obat warung untuk mengurangi nyeri. Penderita *Gout Arthritis* di Jawa Tengah sebanyak 5,1% dari semua penduduk (Kementerian Kesehatan, 2018).

Penyakit yang diderita lansia kebanyakan penyakit tidak menular seperti: darah tinggi, penyakit sendi, masalah mulut, penyakit gula, penyakit jantung dan stroke. Penyakit menular yang biasa diderita lansia antara lain: asma, dan pneumonia. Dampak yang terjadi pada lansia yang menderita asam urat dapat menyebabkan kerusakan pada sendi, thopi dan batu ginjal (Kementerian Kesehatan, 2018).

Penuaan merupakan tahap perkembangan yang terjadi terus menerus dan berkesinambungan, menyebabkan perubahan pada tubuh

sehingga dapat mempengaruhi fungsi organ yang ada pada lansia (Ekasari, 2018).

Perubahan fisik yang dapat diamati pada seorang lansia adalah perubahan rambut yang memutih, kulit keriput, dan kering, penglihatan kabur, pendengaran berkurang, daya ingat berkurang, dan sering mengalami sakit pada persediaan (Ekasari, 2018). Selain perubahan ini menurut (Retnaningsih, 2018) perubahan yang terjadi pada lansia dapat berupa perubahan pada sistem sel, sistem kardiovaskuler, sistem pernafasan, sistem pencernaan, sistem genitourinaria dan lain – lain.

Dalam menangani kadar asam urat yang tinggi pada lansia, perlu ditangani dengan tepat. Penanganan dapat dilakukan dengan cara farmakologi maupun nonfarmakologi. Pemberian penanganan dengan mengkonsumsi obat – obatan yang diberikan secara terus menerus seperti di berikan obat antiinflamasi nonsteroid dapat menyebabkan ketergantungan pada organ tubuh lansia (Ilkhafah, 2017). Penanganan non farmakologis dalam penyembuhan penyakit asam urat dapat dilakukan dengan menggunakan terapi komplementer, dengan obat herbal daun sirsak. Terdapat kandungan dalam daun sirsak yaitu *asetogenin* dan senyawa *fenolik* yang mengandung antioksidan, berfungsi untuk memperlambat kerjanya enzim *xhantine oxidase* yang berperan dalam perubahan *hypoxhantine* menjadi *xhantine*. Daun sirsak merupakan daun yang memiliki banyak manfaat untuk menyembuhkan penyakit asam urat (Anggraini, 2016). Menurut (Nursoleha, Yani and Hermanto, 2019) Salah satu tanaman yang dapat digunakan sebagai pengobatan gout adalah daun sirsak. Sirsak (*Annona muricata L*) adalah tanaman yang mengandung *fruktosa*, kalsium, zat besi, vitamin A, Vitamin B, *fosfor* dan *alkaloid*. Selain itu, menurut (Komariyah, Ilmi and Rizani, 2018) rebusan daun sirsak mengandung senyawa zat aktif di dalamnya antara lain *alkaloid* dan *flavonoid* yang dapat menurunkan kadar asam urat. *Flavonoid* adalah senyawa yang memiliki kandungan antioksidan yang tinggi, bermanfaat untuk mencegah pembentukan asam urat dalam darah.

Berdasarkan data yang didapat di Bandungsari Kelurahan Tambangan Kecamatan Mijen semarang pada tanggal 13 Juli 2020 terdapat lansia yang menderita asam urat sejumlah 2 orang, rata – rata usia lansia ini 61 – 73 tahun. Penderita asam urat ini memiliki cara yang berbeda – beda dalam mengatasi nyeri sendi dan menurunkan kadar asam urat dalam tubuh pada lansia, dalam mengatasi nyerinya ada lansia yang menggunakan obat gosok dan ada pula yang mengatasi nyeri

dengan diberikan tempelan koyok cabe selain itu, ada lansia yang mengkonsumsi obat untuk membantu menurunkan kadar asam urat dalam tubuh. Lokasi nyeri pun berbeda-beda tetapi kebanyakan lansia mengeluh nyeri dirasakan dibagian kaki dan tangan. Lansia yang menderita asam urat di Bandungsari rata – rata perempuan dengan kadar asam urat 8,8 mg/dL – 9,5 mg/dL, para penderita asam urat ini belum banyak yang mengetahui khasiat dari rebusan daun sirsak. Karena kurang informasi masyarakat yang belum mengetahui manfaat dari daun sirsak ini, masyarakat bandungsari hanya membiarkan pohon sirsak tumbuh tanpa dimanfaatkan daun atau buahnya untuk pengobatan. Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Penerapan mengkonsumsi air rebusan daun sirsak terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia di wilayah Bandungsari Kelurahan Tambangan Kecamatan Mijen Kota Semarang”. Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan mengkonsumsi air rebusan daun sirsak terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia di wilayah Bandungsari Kelurahan Tambangan Kecamatan Mijen Kota Semarang.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kasus pada lansia yang menderita asam urat, dimulai pada tanggal 27 Juli sampai dengan 2 Agustus 2020. Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi dan alat ukur kadar asam urat dalam darah (mg/dL) yang telah dilakukan kalibrasi. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 2 lansia dengan kriteria inklusi lansia yang menderita asam urat dan tidak mengkonsumsi obat – obatan. Sampel di dalam penelitian ini diberi intervensi program rebusan daun sirsak sebanyak 2 kali sehari selama 7 hari, sebanyak 200ml. Menurut penelitian sebelumnya (Nursoleha, Yani and Hermanto, 2019) menyatakan cara melakukan rebusan air daun sirsak terdiri dari 6 gram atau 10 lembar daun sirsak yang telah dibersihkan dan dimasak dengan air 600 ml, hingga mendidih dan tersisa 200 ml. pemberian dilakukan selama 7 hari berturut-turut lalu kadar asam urat diukur kembali di hari ke-8 (post-test).

Penelitian dilakukan di Desa Bandungsari Kelurahan Tambangan Kecamatan Mijen Kota Semarang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini memperhatikan kriteria pengambilan sampel yaitu kriteria inklusi dan eksklusi:

1. Kriteria Inklusi

- Lansia dengan nyeri sendi penderita asam urat

- b. Lansia yang berusia 61 dan 73 tahun
 - c. Lansia yang memiliki kadar asam urat diatas normal (laki – laki: >7,0 mg/dL dan perempuan: >6,0 mg/dL)
 - d. Lansia penderita asam urat yang tidak mengkonsumsi obat – obatan untuk menurunkan asam urat maupun nyeri sendi
2. Kriteria Eksklusi
- a. Lansia dengan gangguan lambung
 - b. Lansia dengan gangguan ginjal
 - c. Lansia yang sedang mengkonsumsi obat – obatan

HASIL

Penelitian ini dilakukan di desa Bandungsari Kelurahan Tambangan Kecamatan Mijen Kota Semarang. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada tanggal 27 Juli 2020 sampai dengan tanggal 2 Agustus 2020. Responden penelitian ini adalah klien yang menderita asam urat, lansia dengan rentan usia sekitar 60 tahun – 73 tahun, dan bersedia menjadi responden selama 7 hari. Terdapat 2 klien yang menderita asam urat, yang tidak memiliki riwayat sakit lambung dan tidak mengkonsumsi obat – obatan serta bersedia menjadi responden. Penelitian ini dilakukan dengan pemberian terapi berupa rebusan daun sirsak yang diminum secara berkala selama 7 hari dengan diminum sehari 2x sebanyak 100ml pada pagi hari dan 100ml pada sore hari, waktu pagi diminum pada jam 08.00 WIB setelah makan dan sore pada 16.300 WIB setelah makan. Data yang didapatkan yaitu 2 responden perempuan dengan usia 61 tahun dan 73 tahun dan kondisi pre dan post pada klien yang menderita asam urat. Sedangkan untuk menilai kadar asam urat dalam darah pada klien menggunakan instrumen alat ukur kadar asam urat dalam darah dan lembar observasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifitasan mengkonsumsi air rebusan daun sirsak terhadap penurunan kadar asam urat dalam darah pada lansia di desa Bandungsari Kelurahan Tambangan Kecamatan Mijen Kota Semarang.

Tabel 1 Kadar Asam Urat Pre dan Post Intervensi (n=2)

Responden	Pemeriksaan Asam Urat Sebelum (Pre)	Pemeriksaan Asam Urat (Post)
P1	8,7 mg/dL	5,5 mg/dL
P2	9,0 mg/dL	5,8 md/dL

Tabel 2 Hasil Wawancara Pre dan Post Intervensi (n=2)

Responden	Data Fokus (Pre)	Data Fokus (Post)
P1	“Saya sering merasakan nyeri pada pergelangan tangan dan kaki, dan saya tidak pernah memeriksakannya pada pelayanan kesehatan”	“Nyeri yang sudah rasakan sudah berkurang, dan saya merasa senang telah diberitahu tentang terapi rebusan daun sirsak yang mempunyai banyak manfaat”
P2	“saya merasakan nyeri sendi pada lutut, nyeri saya rasakan sering dan secara tiba – tiba, sebelumnya waktu nyeri saya hanya memberi koyok cabe dan tidak pernah periksa ke dokter”	“Semenjak saya minum rebusan daun sirsak dari mbaknya, saya tidak merasakan nyeri, dan kaki saya merasa enteng buat berjalan, terimakasih mbak sudah memberitahu tentang terapi rebusan daun sirsak ini sehingga daun sirsak ridepan rumah saya bisa saya manfaatkan”

PEMBAHASAN

Analisa dari tabel 1 menunjukkan bahwa pemberian intervensi terapi rebusan daun sirsak pada klien yang menderita asam urat sangat efektif, ditunjukkan perbedaan kadar asam urat pada klien pre(sebelum) diberikan intervensi air rebusan daun sirsak dengan post(sesudah) mengkonsumsi air rebusan daun sirsak memiliki penurunan.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian (Nursoleha, Yani and Hermanto, 2019) didapatkan hasil bahwa tidak ada perubahan kadar asam urat setelah dilakukan intervensi daun sirsak. Sedangkan penelitian (Komariyah, Ilmi and Rizani, 2018) menyatakan ada pengaruh dalam pemberian terapi daun sirsak dengan perubahan kadar asam urat dalam darah pada penderita asam urat.

Ada beberapa faktor yang menyebabkan kadar asam urat dalam darah seseorang yang mengkonsumsi rebusan daun sirsak tidak mengalami penurunan yaitu salah satunya pola makan yang dilakukan klien tidak sesuai dengan diit penderita asam urat atau klien masih mengkonsumsi makanan yang mengandung tinggi purin. Menurunnya kadar asam urat pada subjek penelitian dikarenakan kandungan *acetogenin* dan *flavonoid* dalam daun sirsak yang dapat membantu memproduksi urine sehingga mampu mengeluarkan asam urat lebih banyak melalui urine.

Penelitian dilakukan memiliki keefektifan dalam menurunkan kadar asam urat, rata – rata klien yang mengkonsumsi air rebusan daun sirsak ini mengalami penurunan kadar asam urat sekitar kurang lebih 3 mg/dL.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (NI Made Sumartyawati dkk, 2018) didapatkan hasil dalam terapi rebusan daun sirsak ini sangat efektif diterapkan pada penderita gout untuk menurunkan kadar asam urat pada penderita. Menurut (Nur, Denta and Kuzzairi, 2019) menyatakan pemberian rebusan daun sirsak terbukti efektif untuk pengobatan penderita asam urat yang tinggi bermanfaat untuk menurunkan kadar asam urat. Rebusan daun sirsak ini terapi herbal yang dapat diterapkan pada penderita asam urat, terapi daun sirsak dapat dikonsumsi secara rutin tanpa memiliki efek samping.

Pada tabel 2 dijelaskan bahwa klien yang mengkonsumsi air rebusan daun sirsak mengalami penurunan nyeri sendi yang dirasakan. Klien yang mengkonsumsi daun sirsak tidak merasakan sakit pada persendian. Menurut jurnal (Apriana, 2014) menunjukkan manfaat daun sirsak selain dapat menurunkan purin dalam tubuh, rebusan daun sirsak juga dapat menurunkan nyeri penderita *gout arthritis* pada lansia. Intervensi yang diberikan selama 7 hari pada penderita, membuktikan dapat membuat responden menjadi nyaman dan responden mampu melakukan kegiatan sehari – hari tanpa merasa sakit. Sedangkan penelitian (Gerry, Mulyadi and Kallo, 2015) menunjukkan ada pengaruh mengkonsumsi air rebusan daun sirsak ini memberikan manfaat terhadap nyeri sendi penderita gout berkurang. Serta, terdapat perbedaan skala nyeri yang dirasakan responden dengan setelah intervensi.

Pada penelitian (Andri, 2017) menyatakan ada pengaruh pemberian air rebusan daun sirsak dalam menurunkan skala nyeri lansia dengan gout arthritis. Rata – rata perbedaan skala nyeri pada responden yang mengkonsumsi daun sirsak ini adalah 2. Menurut penelitian (Mono Pratiko Gustomi., 2016) menunjukkan hasil ada pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan intervensi dengan rebusan daun sirsak terhadap penurunan nyeri pada penderita gout arthritis. Penurunan tingkat nyeri pada penderita dapat membantu penderita dalam kesehatan, sehingga penderita dapat melakukan aktivitas secara mandiri dan lancar.

Selain itu, penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Ilkhafah, 2017) didapatkan hasil nilai rata-rata sekitar 5,9 mg/dL kadar purin dalam darah mengalami penurunan setelah diberikan terapi daun sirsak. Hasil ini menunjukkan ada perubahan kadar asam urat pada penderita setelah diberikan terapi. Menurut (Nursoleha, Yani and

Hermanto, 2019) Sirsak (*Annona muricata L*) adalah tanaman yang mengandung senyawa *flavonoid*, *kalsium oksalat*, dan *alkaloid* yang merupakan antioksidan. Daun sirsak (*annona muricata*) merupakan bagian yang memiliki banyak kandungan yang bermanfaat untuk pengobatan penyakit, salah satunya penyakit asam urat.

KESIMPULAN

Asam urat adalah penyakit pada persendian yang sering menyerang pada lansia. Penyakit asam urat dapat diobati dengan terapi komplementer, terapi rebusan daun sirsak. Berdasarkan hasil studi kasus penerapan mengkonsumsi air rebusan daun sirsak terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia menunjukkan hasil yang efektif. Penurunan kadar asam urat lansia kurang lebih 3 mg/dL.

DAFTAR PUSTAKA

- Andri, K. (2017) 'Soursop Leaf Decoction On Reducing Pain Scale In Group Elderly With Gout Arthritis In Puskesmas Andalas. Xi(' , XI(75), pp. 76–81.
- Anggraini, T.& D.I. (2016) 'Penatalaksanaan Arthritis Gout dan Hipertensi pada Lansia 70 Tahun dengan Pendekatan Kedokteran Keluarga', *Medula Unila*, 5(2), p. 108.
- Apriana, R. et al. (2014) 'Pengaruh Rebusan Daun Sirsak Untuk Menurunkan Nyeri Gout', *Atrhitis Pada Lansia*, pp. 402–407.
- Ekasari, M.F. et al. (2018) *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep dan Berbagai Intervensi*. Malang : Wineka Media.
- Gerry, K., Mulyadi, N. and Kallo, V. (2015) 'Pengaruh Mengkonsumsi Rebusan Daun Sirsak Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Pineleng', *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 3(2), p. 106053.
- Ilkhafah (2017) 'Efektivitas Daun Sirsak Dalam Menurunkan Nilai Asam Urat Dan Keluhan Nyeri Pada Penderita Gout Di Kelurahan Tamalanrea Makassar', *Pharmacon*, 6(2), pp. 22–29.
- Kementerian Kesehatan (2018) 'Kementerian Kesehatan Republik Indonesia', *Kementerian Kesehatan RI*, p. 1.
- Komariyah, I., Ilmi, B. and Rizani, A. (2018) 'Pengaruh Rebusan Daun Sirsak Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Dalam Darah Di Desa Takisung Kecamatan Takisung Kabupaten Tanah Laut', *Jurnal Citra Keperawatan*, 6(1), pp. 25–34.
- LeMone, P. (2015) *Buku Ajar Keperawatan*

- Medikal Bedah Vol 4*. Edisi 5. Jakarta : EGC.
- Mono Pratiko Gustomi., F.W. (2016) ‘Pemberian Rebusan Daun Sirsak (*Annona Muricata* Linn) Menurunkan Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis’, *Journal of Ners Community*, 07(02), pp. 162–172.
- NI Made Sumartyawati dkk (2018) ‘Efektifitas Pemberian Rebusan Daun Sirsak (*Annona Mucicata* L) Dan Senam Tera Terhadap Perubahan Kadar Asam Urat Pada Lansia Gout Arthritis DI BSLU Mandalika Profinsi NTB’, *Journal of Chemical Information and Modeling*, 4(1), pp. 1–6. doi:10.1017/CBO9781107415324.004.
- Nur, M., Denta, A.O. and Kuzzairi, K. (2019) ‘Rebusan Daun Sirsak Efektif Menurunkan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis Di Kelurahan Lawangan Daya Kabupaten Pamekasan’, *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 4(2), pp. 38–42. doi:10.24929/jik.v4i2.718.
- Nursoleha, N., Yani, A. and Hermanto, R.A. (2019) ‘Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Sirsak (*Annona muricata* L) Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Pasien Rawat Jalan di Puskesmas Pasawahan’, *Journal Of Holistic And Health Sciences*, 3(1), pp. 21–29.
- Retnaningsih, D. (2018) *Buku Referensi Keperawatan Gerontik*. Bogor: IN MEDIA. Available at: https://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as_sdt=0,5&cluster=7178631667880944720.