



PENGARUH PEMBERIAN JUS SIRSAK TERHADAP KADAR ASAM URAT PADA PENDERITA ARTHRITIS GOUT DI WILAYAH PUSKESMAS LOLO KABUPATEN KERINCI

THE EFFECT OF GIVING Soursop Juice ON uric acid levels in ARTHRITIS GOUT PATIENTS IN THE LOLO PUSKESMAS AREA, KERINCI REGENCY

Harmawati^{1*}, Dwi Christina Rahayuningrum²
STIKes Syedza Saintika Padang
email :harmawati1958@g.mail.com, 085263150772

ABSTRAK

Nyeri Gout yang timbul pada umumnya muncul secara tiba-tiba. Salah satu tindakan untuk mengatasi Arthritis Gout secara nonfarmakologi yaitu dengan jus sirsak. Sirsak mengandung asam malat dan antioksidan yang dapat menurunkan kadar asam urat. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh jus sirsak terhadap kadar asam urat pada penderita Arthritis Gout di wilayah kerja Puskesmas Lolo Kabupaten Kerinci Tahun 2020. Jenis Penelitian adalah Quasy Eksperimen dengan rancangan Two Grup Pretest dan Posttest Design. Dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Lolo pada bulan September-Novemembr tahun 2020. Populasi penderita Arthritis Gout berjumlah 160 orang. Pengambilan sampel: teknik Purposive Sampling berjumlah 16 orang. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi, data di olah secara komputerisasi. Analisis univariat menggunakan mean dan analisis bivariat menggunakan uji independent t-test. Hasil analisa univariat di dapatkan rata-rata kelompok Intervensi pretest 10,84 mg/dl dan posttest 6,41 mg/dl dan rata-rata kadar asam urat kelompok kontrol pretest 9,94 mg/dl dan posttest 6,89. mg/dl Sedangkan Hasil analisa bivariat kelompok intervensi di dapatkan nilai p-Value=0,002 (< 0,05 Kesimpulan dari hasil penelitian adalah ada pengaruh pemberian jus sirsak terhadap perubahan kadar asam urat pada penderita Arthritis Gout. Di harapkan pihak puskesmas dapat memberikan informasi kesehatan tentang manfaat buah sirsak kepada masyarakat sebagai salah satu cara untuk menurunkan kadar asam urat pada pasien Arthritis Gout, dan pihak puskesmas juga dapat menerapkan secara langsung kepada masyarakat cara pembuatan jus sirsak.

Kata Kunci : Sirsak, Kadar Asam Urat, Arthritis Gout

ABSTRACT

Gout pain that appears generally appears suddenly. One of the non-pharmacological measures to treat Gouty Arthritis is soursop juice. Soursop contains malic acid and antioxidants which can reduce uric acid levels. The purpose of this study was to determine the effect of soursop juice on uric acid levels in Gouty Arthritis sufferers in the work area of Puskesmas Lolo, Kerinci Regency in 2020. This type of research is a Quasy Experiment with a Two Group Pretest Design and a Posttest Design. Held in the work area of Lolo Puskesmas in September-November 2020. The population of people with Gouty Arthritis is 160 people. Sampling: purposive sampling technique amounted to 16 people. Collecting data



using observation sheets, the data is processed computerized. Univariate analysis used mean and bivariate analysis using independent t-test.

The results of the univariate analysis showed that the pretest and posttest intervention group had an average of 6.41 mg/dl and the pretest and posttest uric acid levels of the control group were 9.94 mg/dl and 6.89 mg/dl. Meanwhile, the results of the bivariate analysis of the intervention group showed p-value = 0.002. ($< 0,05$). The conclusion from the research results is that there is an effect of giving soursop juice on changes in uric acid levels in Gouty Arthritis sufferers. It is hoped that the health center can provide health information about the benefits of soursop fruit to the community as a way to reduce uric acid levels in Gout Arthritis patients, and the puskesmas can also apply directly to the community how to make soursop juice.

Keyword : *Soursop, Uric Acid Levels, Arthritis Gout.*

PENDAHULUAN

Arthritis gout adalah penyakit metabolik yang ditandai oleh penumpukan asam urat yang menyebabkan nyeri pada sendi. Asam urat adalah asam yang berbentuk kristal-kristal yang merupakan hasil akhir dari metabolisme purin. Asam urat normalnya terdapat di dalam tubuh, namun kadar asam urat yang tinggi (*Hiperurisemia*) dapat menimbulkan timbunan kristal asam urat di persendian dan menjadi penyakit. (La Ode, 2012) Gangguan asam urat ditandai dengan suatu serangan tiba-tiba di daerah persendian. Nyeri yang timbul pada umumnya muncul secara tiba-tiba, sulitbergerak, saat bangun tidur, misalnya, ibu jari kaki dan pergelangan kaki akan terasa terbakar, sakit dan membengkak (Sibella, 2010).

Faktor primer berkaitan dengan faktor genetik dan ketidakseimbangan hormon yang mengakibatkan terjadi gangguan metabolisme termasuk pengeluaran asam urat oleh ginjal sehingga terjadi penumpukan purin. Faktor sekunder, yang paling sering terjadi adalah akibat mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung zat purin sehingga jumlah purin dalam tubuh meningkat (Mumpuni, 2016). Kadar normal asam urat wanita

dewasa yaitu 2,4 - 6,0 mg/dL dan pria dewasa 3,0 - 7,0 mg/dL, Jika melebihi kadar ini dikategorikan mengalami *Hiperurisemia*. Kondisi *Hiperurisemia* ini sangat berpotensi menimbulkan terjadinya serangan *Arthritis Gout* (Noormindhawati, 2013).

Pada keadaan normal kadar urat serum pada laki-laki mulai meningkat setelah pubertas. Pada perempuan kadar urat tidak meningkat sampai setelah menopause karena estrogen meningkatkan asam urat melalui ginjal. Selain itu asam urat disebabkan diet, berat badan dan gaya hidup. (Apiani, 2014). Jika mengalami komplikasi seperti radang sendi yang bisa menyebabkan kecacatan pada sendi. Komplikasi lain dari asam urat ini adalah komplikasi yang terjadi pada ginjal yang bisa menyebabkan gagal ginjal dan batu ginjal, penyakit jantung koroner (Aminah, 2013).

Istirahat dan terapi cepat dengan pemberian NSAID, misalnya indometasin 200 mg/hari atau diklofenak 150 mg/hari, merupakan terapi lini pertama dalam menangani serangan akut gout, asalkan tidak ada kontraindikasi terhadap NSAID. Aspirin harus dihindari karena ekskresi aspirin berkompetisi dengan asam urat dan dapat memperparah serangan akut gout. (Huda & Kusuma, 2015)



Selain pengobatan farmakologi, ada juga pengobatan non farmakologi atau pengobatan tradisional untuk menurunkan kadar asam urat, diperlukan alternative selain obat yang memiliki efektifitas dan keamanan yang lebih tinggi, asam urat tinggi dapat dicegah dengan gaya hidup sehat seperti: menghindari makanan dengan kandungan purin tinggi (diet purin), berolahraga secara teratur, minum air putih yang cukup, kurangi makanan yang berlemak(Sutanto, 2013). Buah sirsak merupakan kumpulan buah-buah (buah agregat) dengan biji tunggal yang saling berhimpitan dan kehilangan batas antar buah. Daging buah sirsak berwarna putih dan memiliki biji berwarna hitam. Biji sirsak beracun dan dapat digunakan sebagai insektisida alami. (Winkanda, 2016)

Kandungan vitamin C dalam jus sirsak berfungsi sebagai antioksidan yang dapat mengurangi terbentuknya asam urat dengan menghambat produksi Enzim Xantin Oksidase. Selain kandungan antioksidan, sirsak mengandung senyawa Alkaloid Isquinolin yang berfungsi sebagai analgesik yang dapat meredakan rasa nyeri akibat asam urat. Rasa asam pada sirsak berasal dari dari asam malat, asam sitrat, dan asam isositrat. Kandungan asam malat pada sirsak dapat melarutkan kristal asam urat sehingga dapat dikeluarkan oleh 73 tubuh. selain itu, jus sirsak berfungsi sebagai antiinflamasi. Dengan demikian, jus sirsak sangat baik dikonsumsi oleh penderita Arthritis Gout (Noormindhawati, 2013).

Menurut penelitian

Noormindhawati (2013), jus sirsak kaya akan kandungan vitamin C dalam kandungan jus sirsak berfungsi sebagai antioksidan dan memiliki kemampuan untuk menghambat prouksi enzim xantin oksidase. Jadi, jus sirsak juga dapat

dipercaya untuk merengangkan rasa nyeri akibat asam urat.

Prevalensi *Arthritis Gout* di Amerika Serikat pada orang dewasa tahun 2013-2015 diperkirakan 54,4 juta (22,7%), sedangkan pada tahun 2040 diperkirakan usia 18 tahun atau lebih tua diproyeksikan menderita radang sendi Prevalensi *Hiperurisemia* dan *Gout* di China yaitu South China 18,6 %, North China 13,2 %, dan East China 12,9 % (Lui dkk, 2015).

Data Riset Kesehatan Dasar (2018) Prevalensi penyakit *Arthritis Gout* di Indonesia berdasarkan diagnosis dan gejala yaitu 24,7%. Prevalensi tertinggi yaitu di Aceh 33,8%, diikuti Bengkulu (31,3%), dan Papua (29,7%). Prevalensi penyakit sendi berdasarkan diagnosis dokter berdasarkan jenis kelamin pada perempuan (16,5%) lebih tinggi dari laki-laki (12,8%). Provinsi Jambi memiliki prevalensi penyakit *Arthritis Gout* sebesar 18,6,% Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kerinci angka *Arthritis Gout* tertinggi berada di Puskesmas Lolo, Puskesmas Tamiai dan 2017 sebanyak 821 orang, pada tahun 2018 sebanyak 846 orang dan 2019 meningkat menjadi 877 orang penderita *Arthritis Gout*.

Berdasarkan data yang diperoleh di Puskesmas Lolo Kabupaten Kerinci pada 3 bulan terakhir (Mei-Juli) Tahun 2020 yang menderita *Arthritis Gout* masih mengalami peningkatan yaitu pada bulan Mei sebanyak 49 orang, pada bulan Juni meningkat menjadi 54 orang, dan pada bulan Juli sebanyak 57 orang penderita *Arthritis Gout*.

Hasil penelitian Raysa (2015), mengenai “pengaruh terapi jus sirsak terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Lansia Wanita Di Desa Gayaman Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto” responden 15 orang wanita penderita asam urat, menyatakan

bahwa rata-rata kadar asam urat responden sebelum dilakukan pemberian terapi jus sirsak adalah 7,41 mg/dl dan setelah dilakukan pemberian terapi jus sirsak selama 2 minggu dengan 1 gelas (500 ml) sehari rata-rata kadar asam urat responden menjadi 6,18 mg/dl. Hasil uji statistiknya didapatkan $p = 0,001$ dengan $\alpha \leq 0,05$ sehingga dapat dikatakan terdapat pengaruh terapi jus sirsak terhadap kadar asam urat.

Berdasarkan survey awal yang peneliti lakukan pada tanggal 06 Agustus 2020 pada 10 orang responden dengan metode wawancara di dapatkan data responden menderita *Arthritis Gout* menahun. 4 dari 6 orang mengatakan bila kadar asam uratnya naik tindakan utama yang mereka lakukan biasanya adalah minum obat penurun kadar asam urat dan jika kadar asam uratnya tidak turun-turun mereka akan ke pusat pelayanan kesehatan terdekat, 2 orang mengatakan meminum air rebusan jahe merah, Berdasarkan uraian diatas, telah dilakukan penelitian tentang Pengaruh Pemberian Jus Sirsak terhadap Kadar Asam Urat pada penderita *Arthritis Gout* di Wilayah Kerja Puskesmas Lolo Kabupaten Kerinci

Tujuan Penelitian

Adapun tujuan umum penelitian diketahui “Pengaruh Pemberian Jus Sirsak terhadap Kadar Asam Urat pada penderita *Arthritis Gout* Di Wilayah Kerja Puskesmas Lolo Kabupaten Kerinci Tahun 2020”.

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian ini dilakukan menggunakan penelitian *Quasy Eksperimen* atau percobaan dimana kegiatan percobaan tersebut untuk mengetahui suatu gejala atau pengaruh yang timbul, sebagai akibat dari adanya perlakuan tertentu atau eksperimen

tersebut. Rancangan penelitian yang digunakan adalah rancangan *Two Grup Pretest dan Posttest Design*, yaitu penelitian yang memberikan perlakuan terhadap responden. (Notoadmodjo, 2012) Penelitian ini menggunakan dua kelompok responden dimana ada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, kelompok eksperimen akan diukur kadar asam urat sebelum dilakukan pemberian jus sirsak (*pre-test*) dan sesudah pemberian jus sirsak (*post-test*). Kemudian dibandingkan antara kadar asam urat *pre-test* dengan *post-test*. Pada kelompok kontrol diukur kadar asam urat sebelum (*pre-test*) dan setelah (*post-test*) tidak dilakukan tindakan apapun.

Populasi dan Sampel

Populasi pada penelitian ini adalah penderita *Arthritis Gout* yang berobat ke Puskesmas Lolo Kabupaten Kerinci Tahun 2020 dari bulan Mei-Juli Tahun 2020 sebanyak 160 orang.

. Sampel dalam penelitian ini adalah penderita *Arthritis Gout* di Wilayah Kerja Puskesmas Lolo Kabupaten Kerinci yang memenuhi kriteria inklusi, Besar Sampel di hitung dengan rumus Federer 16 responden.

Pada kelompok perlakuan terdapat minimal 8 orang responden dan 8 responden kelompok kontrol dan 2 cadangan, yang sesuai kriteria inklus. Dengan kriteria sampel sebagai berikut :

Etika Pengumpulan Data

Penelitian ini dilaksanakan setelah mendapat rekomendasi dari Stikes Syedza Saintika, dan izin meneliti dari Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Kerinci di lanjutkan ke Pimpinan Puskesmas Lolo,

1.Lembar Persetujuan (*Informed*

Consent)

2. Tanpa Nama (*Anonymity*)
3. Kerahasiaannya (*confidentiality*)

Analisa Data

1. Analisa

Pada penelitian ini analisis hanya menghasilkan distribusi dari tiap variabel meliputi nilai, rata-rata, median, modus, minimal, maksimal dan standar deviasi (Notoatmodjo, 2012)

2. Analisa Bivariat

Analisa bivariat dilaksanakan untuk melihat adanya pengaruh pemberian Jus sirsak terhadap perubahan kadar asam urat pada penderita *Arthritis Gout*. Data yang didapatkan diolah dengan diuji *independen t-test* dengan tingkat kepercayaan 95%

HASIL PENELITIAN

Analisa Univariat

Hasil penelitian ini dilihat bahwa rata-rata kadar asam urat *pretest* adalah 10,84 mg/dl dengan standar deviasi 1,81 Kadar asam urat tertinggi adalah 13,7 mg/dl dan terendah adalah 8,7 mg/dl. Dan hasil penelitian dilihat bahwa Rata-rata kadar asam urat *posttest* adalah 6,89 mg/dl dengan standar deviasi 0,27. kadar asam urat tertinggi adalah 7,3 mg/dl dan terendah adalah 6,5 mg/dl.

Analisa Bivariat

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa Mean 6,413, Standar Deviasi (SD) .2167,95 % Confident of the different Lower -.7373 dan Upper 2127, t 3.884, df 14 dan $p = 0.002$. berarti terdapat Pengaruh pemberian jus sirsak terhadap kadar asam urat pada pasien *arthritis gout* di wilayah kerja puskesmas Lolo Kabupaten Kerinci.

PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Rata-rata Kadar Asam Urat Kelompok Intervensi Pre Test dan Post Test pada Pasien Penderita *Arthritis Gout* Di Wilayah Kerja Puskesmas Lolo Kabupaten Kerinci.

Penelitian ini hampir sama dengan yang dilakukan Indriani (2016), tentang “Pengaruh Pemberian Jus Sirsak Terhadap Kadar Asam Urat Pada Penderita Hiperurisemia Di Dusun Semarang Sidokarto Godean Sleman Yogyakarta” dengan melakukan penelitian pada 10 responden kelompok perlakuan dan 10 responden kelompok kontrol di dapatkan bahwa dengan pemberian jus sirsak selama 7 hari rata – rata kadar asam urat kelompok perlakuan pretest yaitu 8,4 mg/dl dan posttest yaitu 6,0 mg/dl sedangkan kelompok kontrol di dapatkan pretest 8,56 mg/dl dan posttest 8,47 mg/dl. Berdasarkan hasil uji statistik di dapatkan nilai sig. (2 tailed) sebesar 0,021 ($p < 0,05$) berarti ada pengaruh pemberian jus sirsak terhadap penurunan kadar asam urat.

Gangguan asam urat ditandai dengan suatu serangan tiba-tiba di daerah persendian. Nyeri yang timbul pada umumnya muncul secara tiba-tiba. Kemunculan secara tiba-tiba ini sering menyebabkan penderita asam urat sulit bergerak. Saat bangun tidur, misalnya, ibu jari kaki dan pergelangan kaki akan terasa terbakar, sakit dan membengkak (Sibella, 2010). Bila kadar asam urat tinggi, asam urat akan membentuk kristal *Monosodium Urate Monohydrate*. Selanjutnya, kristal tersebut dapat terdeposit dalam membran *Synovial* (membran pembungkus sendi) yang selanjutnya akan menimbulkan reaksi

peradangan dan terjadinya *Arthritis Gout*. Pengkristalan asam urat mudah terjadi jika kadar asam urat sudah mencapai 9-10 mg/dl. (Smart, 2014).

Selain pengobatan farmakologi, ada juga pengobatan non farmakologi atau pengobatan tradisional untuk menurunkan kadar asam urat, selain obat yang memiliki efektifitas dan keamanan yang lebih tinggi, asam urat tinggi dapat dicegah dengan gaya hidup sehat seperti: menghindari makanan dengan kandungan purin tinggi (diet purin), berolahraga secara teratur, minum air putih yang cukup, kurangi makanan yang berlemak (Sutanto, 2013). Buah sirsak merupakan kumpulan buah-buah (buah agregat) dengan biji tunggal yang saling berhimpitan dan kehilangan batas antar buah. Daging buah sirsak berwarna putih dan memiliki biji berwarna hitam. Biji sirsak beracun dan dapat digunakan sebagai insektisida alami. (Winkanda, 2016)

Kandungan vitamin C dalam jus sirsak berfungsi sebagai antioksidan yang dapat mengurangi terbentuknya asam urat dengan menghambat produksi Enzim Xantin Oksidase. Selain kandungan antioksidan, sirsak mengandung senyawa Alkaloid Isquinolin yang berfungsi sebagai analgesik yang dapat meredakan rasa nyeri akibat asam urat. Rasa asam pada sirsak berasal dari asam malat, asam sitrat, dan asam isositrat. Kandungan asam malat pada sirsak dapat melarutkan kristal asam urat sehingga dapat dikeluarkan oleh 73 tubuh. selain itu, jus sirsak berfungsi sebagai antiinflamasi. (Noormindhawati, 2013).

Peneliti berasumsi bahwa kadar asam urat pada kelompok intervensi *pretest* terlihat masih tinggi. Sedangkan setelah di berikan jus sirsak kadar asam urat kelompok intervensi mengalami penurunan. Hal ini dapat dilihat dari hasil Penelitian setelah pemberian jus sirsak, Jus sirsak diberikan selama 7 (tujuh) hari dengan pemberian jus sirsak di konsumsi 1 kali sebanyak 1 gelas di siang hari. Obat farmakologi dan non farmakologi disandingkan dapat menurunkan kadar asam urat lebih cepat.

Rata-rata Kadar Asam Urat Kelompok Kontrol Pre Test dan Post Test pada Pasien Penderita *Arthritis Gout* di Wilayah Kerja Puskesmas Lolo Kabupaten Kerinci.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, Rata-rata kadar Asam Urat *pretest* 9,94 dengan standar deviasi 9,94. Kadar asam urat tertinggi adalah 12,1 dan terendah adalah 8,9. Sedangkan kadar asam urat *posttest* adalah 6,89 dengan standar deviasi 0,27 . kadar asam urat tertinggi adalah 7,3 dan terendah adalah 6,5.

Hasil penelitian ini hampir sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Indah, dkk (2018) Pengaruh Jus Sirsak Terhadap Kadar Asam Urat Pada Penderita *Arthritis Gout*. Menunjukkan bahwa rata-rata kadar asam urat *pretest* pada kelompok kontrol adalah 8,370 dengan standar deviasi 0,5889, nilai minimal 7,5 dan nilai maksimal 9,3. sedangkan rata-rata kadar asam urat *posttest* pada kelompok kontrol adalah 6,830 dengan standar deviasi 0,7050, nilai minimal 5,6 dan nilai maksimal 7,8.

Arthritis Gout terjadi karena faktor primer dan faktor sekunder. Faktor primer berkaitan dengan faktor genetik dan ketidakseimbangan hormon yang mengakibatkan terjadi gangguan metabolisme termasuk pengeluaran asam urat oleh ginjal sehingga terjadi penumpukan purin. Faktor sekunder, yang paling sering terjadi adalah akibat mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung zat purin sehingga jumlah purin dalam tubuh meningkat (Mumpuni, 2016).

Terapi farmakologis berupa pemberian obat allopurinol yang akan membantu menurunkan kadar asam urat dalam darah. Allopurinol merupakan obat yang biasa digunakan penderita penyakit asam urat (Naid, 2014). Allopurinol secara luas digunakan untuk mengontrol kadar asam urat dan juga secara signifikan mampu menurunkan asam urat dalam serum darah. Mekanisme kerja allopurinol dengan cara menghambat enzim xantin oksidase (Yulian, 2014).

Peneliti berasumsi bahwa kadar asam urat kelompok kontrol pretest terlihat masih tinggi. Setelah diberikan obat farmakologi kadar asam urat hanya menurun sedikit. Hal ini bisa disebabkan oleh beberapa faktor seperti faktor genetik dan yang paling sering terjadi adalah akibat mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung zat purin sehingga jumlah purin dalam tubuh meningkat.

Analisa Bivariat

Pengaruh Pemberian Jus Sirsak Terhadap Kadar Asam Urat Pada Penderita *Arthritis Gout* Di Wilayah Kerja Puskesmas Lolo Kabupaten Kerinci.

Berdasarkan tabel 4.7 diperoleh hasil uji statistik dengan menggunakan *uji Independenn t-test* didapatkan nilai p-value 0,002 maka berarti ada pengaruh pemberian jus sirsak terhadap perubahan kadar asam urat pada penderita *Arthritis Gout* di Wilayah Kerja Puskesmas Lolo Kabupaten Kerinci tahun 2020.

Hasil penelitian ini hampir sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Raysa (2015), mengenai “pengaruh terapi jus sirsak terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Lansia Wanita Di Desa Gayaman Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto” dengan jumlah subjek penelitian 15 orang wanita penderita asam urat, menyatakan bahwa rata-rata kadar asam urat responden sebelum dilakukan pemberian terapi jus sirsak adalah 7,41 mg/dl dan setelah dilakukan pemberian terapi jus sirsak selama 2 minggu dengan 1 gelas (500 ml) sehari rata-rata kadar asam urat responden menjadi 6,18 mg/dl. Hasil uji statistiknya didapatkan $p = 0,001$ dengan $\alpha \leq 0,05$ sehingga dapat dikatakan terdapat pengaruh terapi jus sirsak terhadap kadar asam urat.

Buah sirsak banyak mengandung air dan serat, kandungan zat gizi terbanyak dalam sirsak adalah karbohidrat. Salah satu jenis karbohidrat pada buah sirsak adalah gula produksi (glukosa dan fruktosa) dengan kadar 81,9 - 93,6% dari kandungan gula total. Buah sirsak mengandung sedikit lemak yaitu 0,3 gram/ 100 gram, sehingga sangat baik untuk kesehatan. Vitamin yang paling dominan pada buah sirsak adalah vitamin C, yaitu sekitar 20 mg/100 gram daging buah (Joe, 2012).

Kandungan vitamin C yang ada pada buah sirsak sekitar 20 miligram per 100 gram, sementara untuk kandungan

lemaknya sangat sedikit yaitu hanya 0,3g/100g. Selain kaya akan serat pangan (dietary fiber) yakni mencapai 3,3 g/100g daging buah, yang dibutuhkan dalam proses pencernaan, juga kadar sodium (natrium) rendah hanya 14 mg/100 gram. Buah sirsak juga kaya akan potasium (kalium) yakni 278 mg/100 gram. (Tuty, 2013)

Menurut peneliti pemberian jus sirsak terhadap kadar asam urat pada penderita Arthritis Gout di wilayah kerja Puskesmas Lolo Kabupaten Kerinci dapat memberikan hasil yang cukup baik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Rata-rata kadar asam urat kelompok Intervensi sebelum (*Pretest*) pemberian jus sirsak pada penderita *Arthritis Gout* adalah 10,84 mg/dl Dan setelah (*Posttest*) pemberian jus sirsak adalah 6,41 mg/dl.

Rata-rata kadar asam urat kelompok kontrol Sebelum (*Pre Test*) adalah 9,94 mg/dl dan sesudah (*Post Test*) adalah 6,89 mg/dl.

Ada Pengaruh Pemberian Jus Sirsak terhadap Perubahan Kadar Asam Urat pada Penderita *Arthritis Gout* Di Wilayah Kerja Puskesmas Lolo Kabupaten Kerinci Tahun 2020 Dengan p Value = 0,002 ($< 0,05$).

Saran

Bagi Tempat Penelitian (PuskesmasLolo)

Diharapkan kepada pihak Puskesmas agar pasien untuk mengkonsumsi obat agar kadar asam urat terkontrol dan memberikan penyuluhan serta pembuatan Jus Sirsak langsung kepada masyarakat khususnya pada penderita *Arthritis Gout* dalam memanfaatkan terapi non farmakologi

sebagai salah satu cara untuk menurunkan kadar asam urat yang salah satunya adalah manfaat buah sirsak dalam membantu menurunkan kadar asam urat.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu Muhammad & Margareth H. (2010). Kamus Pintar Obat Herbal. Nuha Medika: Yogyakarta.
- Amin Huda N & Hardhi Kusuma.(2015). *Aplikasi asuhan keperawatan berdasarkan diagnosa medis dan Nanda Nic-noc*. MediAction: Jogjakarta.
- Aminah, Mia Siti. 2013. *Khasiat Sakti Tanaman Obat Untuk Asam Urat*. Dunia Sehat: Jakarta.
- Anonim.(2016). Mengenal asal usul Sirsak. P. www.Pertanianku.com
- Astri Safitri. (2012). *Deteksi dini gejala, pencegahan dan pengobatan Asam Urat*. Pinang Merah: Yogyakarta.
- Damayanti, D. (2012). *Mencegah dan Mengobati Asam Urat*. Araska: Yogyakarta.
- Fakhrudin Nasrul S & Annisa Cindy Nurul Afni. (2019). *Pengaruh Pemberian Jus Sirsak (Annona Muricata Linn) Terhadap Kadar Asam Urat Pada Lansia Dengan GOUT*. Dinamika Kesehatan. Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Vol 10 No. 2.
- Intan Permatasari, dkk.(2018). *Pengaruh Jus Sirsak Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia*.
- Joe, W. (2012). *Dahsyatnya khasiat sirsak*. Andi: Yogyakarta.
- Kerinci, D. K. (2019). Retrieved from Profil Kesehatan Kabupaten Kerinci Tahun 2019.
- La Ode, S. (2012). *Asuhan Keperawatan Gerontik Berstandarkan Nanda, Nic, Dan Noc Dilengkapi Teori dan Contoh Kasus ASKEP*. Nuha Medika: Yogyakarta,



- Neti, S. (2014). *Herbal Sakti Atasi Asam Urat*. Mutiara Allamah Utama: Jakarta.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta: Jakarta.
- Redaksi Sehat. (2016). *Kitab Jus Buah & Sayur*. Second Hope: Yogyakarta.
- Reny Yuli Aspiani. (2014). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik*. Perpustakaan Nasional: Jakarta Timur.
- RI, K. K. (2019). Retrieved from Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan.
- Sarif La Ode. (2012). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Pinang Merah: Yogyakarta.
- Sosilo Yobel. (2019). *Pengaruh Pemberian Jus Sirak Terhadap Penurunankadar Asam Urat Pada Lansia Di Pumpungan Iv Rt 03 Rw 02 Kecamatan Sukolilo Surabaya*. Jurnal Ners LENTERA, Vol. 7, No. 1.
- Taufan Nugroho. (2011). *Asuhan Keperawatan*. Nuha Medika: Yogyakarta.
- Winkanda, S. P (2016). *Kitab herbal nusantara*. Kata Hati: Yogyakarta.
- Yuli Yantina. (2016). *Pengaruh Pemberian Jus Sirsak Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Di Dusun Iii Taqwasari Desa Natar Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan*. Jurnal Kesehatan Holistik: Vol 10, No 1, Januari 2016 : 32-35
- Yogi Utomo, dkk. (2018). *Pengaruh Kombinasi Terapi Akupresur Dan Pemberian Jus Sirsak Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis*. Maternal Vol. Ii No 4 - Oktober 201