

**EFEKTIFITAS PEMBERIAN JUS NANAS DAN AIR REBUSAN DAUN SALAM
TERHADAP KADAR ASAM URAT PADA LANSIA DI PUSKESMAS
MAJALENGKA KABUPATEN MAJALENGKA TAHUN 2022**

Diyah Ayu Indriyani
STIKes Kuningan

Abstrak

Menurut WHO penderita asam urat sebanyak 47.150 juta jiwa, prevalensi di Indonesia sebanyak 13.6 juta jiwa. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas pemberian jus nanas dan air rebusan daun salam terhadap asam urat pada lansia di Puskesmas Majalengka. Jenis penelitian ini yaitu *Quasi Eksperiment* dengan rancangan *Two Group Pretest Posttest Design*. Populasi penelitian ini 20 responden 10 responden kelompok intervensi 1 (pemberian jus nanas) dan 10 responden kelompok intervensi 2 (pemberian air rebusan daun salam) dengan kadar asam urat tinggi di wilayah kerja Puskesmas Majalengka periode Maret 2022. Penelitian ini menghasilkan bahwa hasil analisis jus nanas didapatkan p-value = 0,000 (<0,5) artinya ada pengaruh pemberian jus nanas terhadap kadar asam urat pada lansia. Hasil analisis air rebusan daun salam didapatkan nilai p-value 0,000 (<0,5) artinya ada pengaruh pemberian air rebusan daun salam terhadap kadar asam urat pada lansia. Hasil analisis uji t tidak berpasangan diperoleh p-value 0,076 (>0,05) artinya tidak terdapat perbedaan efektivitas pemberian jus nanas dan air rebusan daun salam, keduanya sama-sama efektif dalam penurunan asam urat. Berdasarkan hasil tersebut maka dianjurkan bagi penderita asam urat untuk menggunakan terapi jus nanas dan air rebusan daun salam sebagai terapi alternatif untuk menurunkan kadar asam urat.

Kata kunci : *Asam Urat, Nanas, Daun Salam*

Pendahuluan

Perkembangan penduduk lansia di dunia pada tahun 2019 terdapat 703 juta orang atau lebih yang berusia 65 tahun. Diperkirakan pada tahun 2050 populasi penduduk lanjut usia berjumlah 2 milyar, meningkat sekitar 900 juta jiwa dari tahun 2015 (United Nations, 2020). Seperti yang kita ketahui bahwa daya tahan fisik pada lansia akan lebih rentan terhadap kerusakan dan kelemahan biologis, akibat

penurunan struktur fungsional sel, jaringan, dan sistem organik sehingga mudah terserang penyakit (Maylasari *et al*, 2019). Salah satu masalah kesehatan utama masyarakat pada lansia yaitu asam urat yang tinggi didalam darah. Tingginya kadar asam urat didalam tubuh dapat menyebabkan nyeri sendi yang bisa mengganggu dan menghambat aktifitas (Jaliana, 2018).

Lansia selalu dikaitkan dengan penuaan, dan karena akumulasi kristal *monosodium* di persendian, orang tua sering mengeluh nyeri sendi dan sering dikaitkan dengan asam urat (Susilo, 2019). Menurut WHO (2019) *Arthritis Gout* didunia sebanyak 47.150 juta jiwa yang menderita asam urat penyakit ini sering terjadi di Amerika, prevalensi asam urat di Indonesia sebanyak 13,6 juta jiwa. Sebanyak 2.561 kasus tercatat terjadi di Kabupaten Majalengka, kasus tertinggi berada di Puskesmas Talaga sebesar 370 kasus, Puskesmas Cikijing menempati posisi kedua sebanyak 243 kasus, wilayah Puskesmas Majalengka menempati posisi ke-3 tertinggi asam urat di Kabupaten Majalengka dengan 106 kasus (Data Dinas Kesehatan Kabupaten Majalengka, 2021).

Asam urat adalah suatu penyakit yang menyerang persendian dan jaringan tulang yang disebabkan oleh penumpukan kristal asam urat sehingga dapat menimbulkan peradangan (Purwandani, 2022). Asam urat terjadi karena produksi asam urat dalam tubuh meningkat karena mengkonsumsi makanan yang tinggi purin seperti bayam, kacang-kacangan, jeroan serta kemampuan ginjal dalam proses ekskresi melemah (Afnuhazi, 2019). Asam urat dapat diobati dengan pengobatan

farmakologi dan non farmakologi, seperti obat-obatan anti inflamasi diberikan dalam dosis tinggi berperan untuk mengontrol peradangan dan mengurangi rasa nyeri. Pengobatan secara non farmakologi dapat dilakukan dengan pemberian jus sirsak yang mengandung vitamin C, rebusan daun salam dan jus nanas yang mengandung flavonoid (Yeni,2018).

Banyak referensi dari penelitian sebelumnya bahwa mengkonsumsi jus buah dan air rebusan tanaman herbal dapat menurunkan nyeri sendi asam urat dan tidak menimbulkan efek samping yang berbahaya, salah satunya dengan buah nanas dan daun salam (Sholikatul, 2020). Buah nanas banyak mengandung serat, vitamin C, vitamin B, asam folat, *tiamin*, *magnesium*, *enzim peroksidase*, dan *enzim bromelin* yang terdapat dalam nanas dalam nanas tersebut berperan untuk menurunkan kadar asam urat serta sebagai anti inflamasi (peradangan) pada sendi.

Daun salam berkhasiat untuk pengobatan asam urat karena mengandung *tanin*, *flavonoida*, minyak atsiri dan *analgetik*, senyawa *flavonoida* dapat menghambat pembentukan asam urat dalam darah senyawa ini bersifat diuretik untuk meluruhkan air kencing sehingga *purin* dapat dikeluarkan melalui urin.

Tanin dan *flavonoid* merupakan bahan aktif yang mempunyai efek anti *inflamasi* dan anti mikroba, minyak *atsiri* secara umum mempunyai efek sebagai antimikroba dan *analgesik*. Daun salam mengandung minyak *atsiri* yang bersifat hangat dan bersifat analgetik sehingga daun salam dapat mengurangi tingkat nyeri pada penderita asam urat (Cumayunaro, 2017).

Berdasarkan data yang diperoleh peneliti dari studi pendahuluan di wilayah Puskesmas Majalengka pada bulan Desember tahun 2021, peneliti mewawancarai 10 lansia yang tinggal di wilayah Puskesmas Majalengka secara random didapatkan hasil dari 10 lansia semua memiliki kadar asam urat yang tinggi dan alasan mengapa kadar asam urat tinggi didapatkan karena faktor makanan atau sering mengkonsumsi makanan tinggi purin seperti jeroan, daging dan kacang-kacangan, 30% lansia jika gejala asam urat mulai terasa mereka lebih memilih untuk memeriksakan diri ke dokter dan meminum obat hasil resep dokter, sedangkan 20% lansia memilih untuk meminum air rebusan jahe dan lemon, dan 50% lansia memilih untuk mendinginkan gejala tersebut sampai berkurang rasa sakitnya jika gejala tidak

berkurang mereka akan pergi ke dokter. Berdasarkan uraian diatas selain teknik farmakologi lansia juga perlu mengetahui teknik non farmakologi untuk mengurangi kadar asam urat didalam darah, oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti "efektivitas pemberian jus nanas dan air rebusan daun salam terhadap kadar asam urat pada lansia di puskesmas Majalengka".

Metode Penelitian

Metode yang digunakan pada penelitian ini menggunakan metode penelitian *Quasi Experiment Design* dengan rancangan yang digunakan yaitu *Two Group Pretest Posttest Design*. Desain ini dirancang untuk mengetahui perubahan kadar asam urat yang terjadi setelah dilakukan eksperimen yang dilakukan pada 2 (dua) kelompok dengan intervensi yang berbeda (Notoatmodjo, 2018).

Variabel independent penelitian ini adalah pemberian jus nanas dan air rebusan daun salam, sedangkan variabel dependen terdiri dari kadar asam urat pada lansia penderita asam urat pada populasi dan sampel yang telah ditentukan. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia hiperurisemia dengan jumlah 86 orang di Puskesmas Majalengka Kabupaten

Majalengka. Setelah dilakukan teknik *purposive sampling* dihasilkan bahwa terdapat 20 orang klien lansia penderita hiperurisemia, yang dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok yang diberikan jus nenas dan air rebusan daun salam.

Data yang digunakan pada penelitian ini merupakan data primer dan sekunder. Data primer diperoleh melalui

observasi pada lansia penderita hiperurisemia di Puskesmas Majalengka Kabupaten Majalengka. Data sekunder didapat dari laporan tahunan di Puskesmas Majalengka tentang jumlah lansia penderita hiperurisemia. Data tersebut dianalisis berupa analisis univariat dan bivariat.

Hasil dan Pembahasan

Analisis Univariat

Tabel 1 Gambaran Distribusi Frekuensi Nilai Kadar Asam Urat Sebelum Dilakukan Pemberian Jus Nenas dan Air Rebusan Daun Salam pada Lansia di Puskesmas Majalengka Kabupaten Majalengka Tahun 2022

Kadar Asam Urat	Jus Nenas	Air Rebusan Daun Salam	Presentase
8,6 mg/dl – 9 mg/dl	5	3	40
9,1 mg/dl – 9,9 mg/dl	3	5	40
>10 mg/dl	2	2	20
Total	10	10	100

Sumber : Hasil Penelitian, 2022

Berdasarkan data pada tabel 1 diatas diketahui nilai normal asam urat 2 – 8,5 mg/dl, sebagian besar responden dengan kadar asam urat sebelum diberi jus nenasdi angka 8,6 mg/dl – 9 mg/dl dari 10

orang sebanyak 5 responden (25%), dan sebagian besar responden dengan kadar asam urat sebelum diberi air rebusan daun salam di angka 9,1 mg/dl – 9,9 mg/dl dari 10 orang sebanyak 5 responden (25%)

Tabel 2 Gambaran Distribusi Frekuensi Nilai Kadar Asam Urat Setelah Dilakukan Pemberian Jus Nenas dan Air Rebusan Daun Salampada Lansia di Puskesmas Majalengka Kabupaten Majalengka Tahun 2022

Kadar Asam Urat	Jus Nenas	Air Rebusan Daun Salam	Presentase
6 mg/dl – 6.9 mg/dl	5	2	35
7 mg/dl – 7.9 mg/dl	5	7	60
>8	-	1	5
Total	10	10	100

Sumber : Hasil Penelitian, 2022

Berdasarkan data pada tabel 2 diatas diketahui bahwa sebagian besar kadar asam urat sesudah diberi jus nenas berada

di angka 6 mg/dl – 6.9 mg/dl dan 7 mg/dl – 7.9 mg/dl dari 10 orang masing-masing 5 responden (50%), dan sesudah diberi air

rebusan daun salam berada di angka 7mg/dl – 7.9 mg/dl dari 10 orang sebanyak 7 responden (35%).

Tabel 3 Perbedaan Kadar Asam Urat Lansia Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pemberian Jus Nanas dan Air Rebusan Daun Salam

Kategori	Mean	Standar Deviasi	P-Value
Jus Nanas	6,8	0,49	0,076
Air Rebusan Daun Salam	7,2	0,47	

Sumber :Hasil Penelitian, 2022

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan rata-rata penurunan asam urat pada lansia

setelah diberikan jus nanas sebesar 6,8 mg/dl dan rata-rata penurunan asam urat pada lansia setelah diberikan air rebusan daun salam sebesar 7,2 mg/dl.

Analisis Bivariat

Uji Normalitas

Data penelitian yang meliputi kadar asam urat sebelum dan setelah pemberian jus nanas dan rebusan daun salam berdistribusi normal. Hal ini dikarenakan semua data memiliki nilai signifikan lebih besar dari 0,05

Efektivitas Pemberian Jus Nanas Terhadap Kadar Asam Urat dan Air Rebusan Daun Salam Pada Lansia

Tabel 4 Efektifitas Pemberian Jus Nanas Terhadap Kadar Asam Urat Pada Lansia di Puskesmas Majalengka Kabupaten Majalengka Tahun 2022

Kadar Asam Urat	N	Rerata	SD	Min	Max	P-Value
Sebelum pemberian jus nanas	10	9,3	0,5	8,7	10,5	0,000
Setelah pemberian jus nanas	10	6,8	0,4	7,5	7,5	

Sumber :Hasil Penelitian, 2022

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan rata-rata kadar asam urat sebelum diberikan jus nanas diperoleh nilai 9,3 mg/dl mengalami penurunan setelah diberikan jus nanas menjadi rata-rata 6,8 mg/dl. Nilai minimal asam urat sebelum diberikan terapi jus nanas sebesar 8,7 mg/dl mengalami penurunan menjadi 6,0

mg/dl setelah diberikan jus nanas, begitupun pada nilai maksimal dari 10,5 mg/dl mengalami penurunan menjadi 7,5 mg/dl setelah diberikan jus nanas. Analisis bivariat dalam penelitian ini menggunakan *Uji Paired T Test* karena hasil terdistribusi normal.

Tabel 5 Efektivitas Pemberian Air Rebusan Daun Salam Terhadap Kadar Asam Urat Pada Lansia di Puskesmas Majalengka Kabupaten Majalengka Tahun 2022

Kadar Asam Urat	N	Rerata	SD	Min	Max	P value
Sebelum diberi air rebusan daun salam	10	9,4	0,5	8,7	10,5	0,000
Setelah diberi air rebusan daun salam	10	7,2	0,4	6,3	8,0	

Sumber :Hasil Penelitian, 2022

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan rata-rata kadar asam urat sebelum diberikan air rebusan daun salam diperoleh nilai 9,4 mg/dl mengalami penurunan setelah diberikan rebusan daun salam menjadi rata-rata 7,2 mg/dl. Nilai minimal asam urat sebelum diberikan rebusan daun salam sebesar 8,7 mg/dl dan mengalami penurunan menjadi 6,3 mg/dl setelah diberikan air rebusan daun salam. Begitupun pada nilai maksimal dari 10,5 mg/dl mengalami penurunan menjadi 8,0 mg/dl. Analisis bivariat dalam penelitian ini menggunakan *Uji Paired T Test* karena hasil terdistribusi normal.

Uji t

Berdasarkan hasil uji t tidak berpasangan didapatkan tidak adanya perbedaan kadar asam urat setelah pemberian jus nanas dan air rebusan daun salam dengan $P - value 0,076 > 0,005$ yang artinya tidak terdapat perbedaan efektivitas pada pemberian jus nanas dan air rebusan daun salam terhadap kadar asam urat pada lansia di Puskesmas Majalengka Kabupaten Majalengka Tahun 2022. Artinya kedua intervensi yang diberikan sama-sama efektif dalam penurunan kadar asam urat pada lansia di Puskesmas Majalengka.

Pembahasan

Kadar Asam Urat Sebelum Diberikan Jus Nanas dan Air Rebusan Daun Salam Pada Lansia Dengan Asam Urat di Puskesmas Majalengka Kabupaten Majalengka

Hasil penelitian berdasarkan jenis kelamin dapat diketahui bahwa responden yang menderita kadar asam urat tinggi di kelompok intervensi jus nanas berjenis kelamin perempuan yaitu 6 orang (40%) dan laki-laki sebanyak 4 orang (40%), dan di kelompok intervensi air rebusan daun salam perempuan 5 orang (50%) laki-laki 5 orang (50%).

Berdasarkan hasil nilai rata-rata kadar asam urat pada lansia sebelum dilakukan pemberian jus nanas sebesar 9.3 mg/dl dan hasil nilai rata-rata kadar asam urat pada lansia sebelum dilakukan pemberian air rebusan daun salam 9.4 mg/dl.

Perempuan memiliki resiko lebih besar terkena penyakit sendi dibandingkan dengan laki-laki pada semua kelompok umur, meskipun rasio jenis kelamin laki-laki dan perempuan sama pada usia lanjut. Dikarenakan wanita pada masa menopause disaat *hormone estrogen* sudah tidak aktif, resiko mengalami hiperurisemia dan gout semakin

meningkat (Maryam dkk dalam Yeni, 2018).

Purin merupakan senyawa *organic heterosiklik* yang dimetabolisme menjadi asam urat dalam tubuh, mengkonsumsi makanan tinggi purin dapat menimbulkan penyakit asam urat, makanan dengan kadar *purin* tinggi 150-180 mg/100 gram (Ragab *et al*, 2017).

Penyebab asam urat yang paling utama adalah makanan atau faktor dari luar, asam urat dapat meningkat dengan cepat antara lain disebabkan karena nutrisi dan konsumsi makanan dengan kadar purin tinggi. Adapun faktor dari dalam adalah terjadinya proses penyimpangan metabolisme yang umumnya berkaitan dengan faktor usia (manula), alkohol, obesitas, pola makan banyak purin, pekerjaan beresiko besar terkena asam urat (Maryam dkk dalam Yeni, 2018).

Hal ini sejalan dengan penelitian Andriani (2016) yang menyatakan bahwa kadar asam urat tinggi dipengaruhi oleh pola makan yang tidak teratur, pola makan yang mengandung tinggi purin.

Penatalaksanaan asam urat secara umum dapat diatasi dengan menggunakan terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Terapi secara nonfarmakologi yaitu upaya untuk menurunkan kadar asam urat dalam darah

dengan memanfaatkan tanaman yang bermanfaat dan mudah didapat seperti nanas dan daun salam (Novianti, 2015).

Hasil diatas sesuai dengan observasi pada saat penelitian kadar asam urat sebelum diberikan jus nanas dan air rebusan daun salam, dimana sebagian besar responden mengalami peningkatan kadar asam urat karena ada beberapa faktor seperti jenis kelamin.

Kadar Asam Urat Sesudah Diberikan Jus Nanas dan Air Rebusan Daun Salam Pada Lansia Dengan Asam Urat di Puskesmas Majalengka Kabupaten Majalengka

Berdasarkan hasil penelitian sesudah pemberian jus nanas semua responden mengalami penurunan kadar asam urat dengan rata-rata 6.8 mg/dl sebelum diberi jus nanas rata-rata kadar asam urat 9.3 mg/dl, sedangkan hasil penelitian sesudah diberi air rebusan daun salam responden juga mengalami penurunan kadar asam urat dengan rata-rata 7.2 mg/dl dari sebelum diberi intervensi air rebusan daun salam rata-rata 8.7mg/dl.

Ditinjau dari segi teori (Sutanto, 2013), bahwa buah nanas memiliki kandungan vitamin C, mineral, zat besi, *fosfor*, *kalsium*, *natrium*, dan *bromelin*.

Vitamin C dalam buah nanas sangat baik untuk asam urat karena vitamin C dapat membantu meningkatkan *eksresi* (pembuangan) asam urat melalui urin dengan kemampuan ini, kadar asam urat dalam tubuh dapat berkurang. Sedangkan buah nanas juga mengandung *bromelin*, manfaat dari enzim *bromelin* ini adalah mempercepat penyembuhan luka operasi serta pembengkakan dan nyeri sendi, kandungan *bromelin* dalam buah nanas dapat membantu menghambat protein penyebab bertambahnya kadar asam urat dalam tubuh 1x sehari dalam 1 minggu sebanyak 200ml. Selain itu, kandungan yang termasuk enzim ini juga dapat mencegah peradangan yang ditimbulkan oleh asam urat yang menyerang tubuh. Hal ini disebabkan karena bromelin memiliki kandungan anti *inflamasi* yang dapat mencegah peradangan dan dapat menurunkan kadar asam urat, ini dapat dijadikan sebagai salahsatu alternative pengobatan untuk mengatasi asam urat.

Penelitian terdahulu diketahui lewat sebuah penelitian yang dilakukan oleh dr. Hyon K Choi dari University of British Columbia. Setelah pemberian jus nanas resiko terkena asam urat menjadi turun, buah nanas mengandung vitamin C yang sangat tinggi, vitamin ini bekerja dengan membantu sistem yang berhubungan

dengan ginjal untuk mengeluarkan lebih banyak asam urat. Selain itu bermanfaat juga untuk menjaga urin agar tidak diproduksi menjadi asam urat (Aminah, 2012).

Pemberian jus nanas dilakukan dalam waktu 2x sehari pagi dan sore sesudah makan selama 1 minggu dengan 200ml jus nanas, sebelum dilakukan terapi pemberian jus nanas nilai kadar asam urat melebihi nilai normal dan sesudah diberikan terapi pemberian jus nanas mengalami perubahan. Manfaat dari jus nanas untuk asam urat adalah bisa menghambat adanya kadar asam urat terlalu berlebihan dalam tubuh, kesimpulan di atas bahwa buah nanas bisa menurunkan kadar asam urat.

Hal ini sesuai dengan pendapat Adi dalam Ellin (2018) bahwa penggunaan air rebusan daun salam dapat menjadi alternatif pengobatan. Daun salam dapat memperbanyak produksi urin sehingga dapat mengeluarkan asam urat, selain itu mampu menghilangkan rasa sakit yang ditimbulkan.

Ditinjau dari segi teori (Ekasari, 2018) daun salam memiliki kandungan seperti *flavonoid* yang berfungsi menghambat kerja *enzim xaintin oksidase* dalam pembentukan asam urat serta berfungsi sebagai *diuretik* untuk

membantu pengeluaran asam urat dalam darah melalui urine, dengan terhambatnya kerja enzim *xantin oksidase* maka pembentukan asam urat juga akan terlambat hasilnya tidak akan terjadi peningkatan kadar asam urat. *Minyak atsiri* dalam daun salam secara umum berfungsi sebagai *antimikroba* yang mampu memperbanyak produksi *urine* dengan mekanisme asam urat mengalir bersama dengan darah, asam urat yang tidak diperlukan oleh tubuh akan di eksresi melalui ginjal dan dikeluarkan melalui ginjal dan dikeluarkan bersama dengan urine sehingga dapat menurunkan kadar asam urat dalam darah.

Pemberian air rebusan daun salam dilakukan dalam waktu 2x sehari pagi dan sore sesudah makan selama 1 minggu dengan 150ml air rebusan daun salam. Sebelum dilakukan terapi pemberian air rebusan daun salam nilai kadar asam urat melebihi nilai normal dan sesudah dilakukan terapi pemberian air rebusan jus nanas mengalami perubahan. Manfaat dari air rebusan daun salam adalah membantu pengeluaran asam urat dalam darah melalui urine, kesimpulan diatas bahwa daun salam bisa menurunkan kadar asam urat.

Perbedaan Kadar Asam Urat Lansia Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pemberian Jus Nanas dan Air Rebusan Daun Salam di Puskesmas Majalengka

Berdasarkan hasil uji statistik dapat dijelaskan bahwa tidak terdapat perbedaan efektivitas pada pemberian jus nanas dan air rebusan daun salam terhadap kadar asam urat pada lansia di Puskesmas Majalengka Kabupaten Majalengka tahun 2022 dengan *P-value* 0,076 >0,05 sehingga H_0 diterima dan H_1 ditolak yang berarti tidak ada perbedaan efektivitas pemberian jus nanas dan air rebusan daun salam terhadap perubahan kadar asam urat. Berdasarkan analisa diketahui bahwa rerata penurunan kadar asam urat dengan pemberian jus nanas lebih kecil dan rebusan air daun salam lebih besar, hal tersebut menunjukkan bahwa pemberian air rebusan daun salam mempunyai kontribusi yang lebih besar dalam menurunkan kadar asam urat dibandingkan dengan jus nanas.

Berdasarkan hasil penelitian Anggraini (2019) mengatakan terdapat perubahan kadar asam urat sebelum dan sesudah diberikan jus nanas pada lansia penderita asam urat. Sedangkan menurut hasil penelitian Widiyono (2020), ada pengaruh asam urat sebelum dan sesudah pemberian air rebusan daun salam Jus

nanas dan rebusan air daun salam sama-sama efektif terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia hal ini disebabkan karena kedua terapi tersebut sama-sama efektif untuk menurunkan kadar asam urat. Kedua terapi tersebut mempunyai kandungan masing-masing yang dapat menghambat pembentukan asam urat. Secara umum hasil penelitian ini sejalan dengan kebenaran teori mengenai jus nanas yang dapat menurunkan kadar asam urat dalam darah pada penderita *hiperurisemia* (Aminah,2012). Rebusan air daun salam juga dapat menurunkan kadar asam urat dalam darah pada penderita *hiperurisemia* (Suriana,2014).

Peneliti berasumsi berdasarkan teori dan hasil uji statistik diketahui bahwa kedua terapi tersebut terbukti sama-sama efektif dalam menurunkan kadar asam urat karena sama-sama memiliki kandungan yang dapat menghambat pembentukan asam urat, namun dilihat dari rata-rata penurunan kadar asam urat lebih efektif rebusan daun salam dalam menurunkan kadar asam urat pada lansia.

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Puskesmas Majalengka Kabupaten Majalengka dapat disimpulkan bahwa rata-rata kadar asam urat pada

lansia sebelum dan sesudah diberi terapi jus nanas secara berurutan sebesar 9.3 mg/dl dan 6.8 mg/dl sedangkan rata-rata kadar asam urat pada lansia sebelum dan sesudah diberi terapi air rebusan daun salam secara berurutan sebesar 9.4 mg/dl dan 7.2 mg/dl. Perbedaan kadar asam urat lansia sebelum dan sesudah dilakukan pemberian jus nanas dan air rebusan daun salam terhadap kadar asam urat pada lansia di Puskesmas Majalengka Kabupaten Majalengka Tahun 2022 dengan *P-Value* 0,076 >0,05 tidak terdapat perbedaan pemberian jus nanas dan air rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat.

Saran

Hasil penelitian ini diharapkan akan menambah pengetahuan tentang kemampuan menurunkan kadar asam urat pada lansia dan diharapkan suatu saat akan ada peneliti tentang jus nanas dengan rebusan air daun salam dengan metode yang lebih baik lagi dimana dari segi sampel diharapkan dapat lebih besar dan waktu yang diharapkan juga lebih lama agar hasilnya dapat lebih maksimal.

Daftar Pustaka

Afnuhazi, R. 2019. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian gout

- pada lansia. *Jurnal Human Care*, 4(1), 34-41.
- Yeni, N. 2018. *Pengaruh Pemberian Jus Nanas Terhadap Perubahan Kadar Asam Urat Di Desa Keniten Kecamatan Geneng Kabupaten Ngawi* (Doctoral Dissertation, Stikes Bhakti Husada Mulia).
- Notoatmodjo, S, 2018. *Metode Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta
- Ellien, P. A. 2018. Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia di Posyandu Desa Sepanyul. Stikes Insan Cendekia Medika Jombang.
- United Nations, Department of Economic and Social Affairs, P. D. (2020). *World Population Ageing 2019* <https://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/ageing/WorldPopulationAgeing2019-Report.pdf>
- Maylasari, Ika, et. al.. 2019. Statistik Penduduk Usia Lanjut 2019. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Jaliana, Suhadi, & Sety, L. O. M. (2018). faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian asam urat pada usia 20-44 tahun di RSUD Batheramas provinsi sulawesi tenggara tahun 2017. *Jimkesmas*, 3(2), 1–13. Retrieved from <http://ojs.uho.ac.id/index.php/JIMKESMAS/article/download/3925/3003>
- Purwandani, N. P. (2022). Gambaran Pola Makan Pada Penderita Asam Urat Di Desa Gondang Manis, *Jurnal Profesi Keperawatan (JPK)*, 9(1), 34-43
- Cumayunaro A, 2017. Rebusan Daun Salam Untuk Penurunan Kadar Asam Urat Dan Intensitas Nyeri Arthritis Gout Di Puskesmas Andalas Padang. Program Studi Keperawatan. Stikes Ranah Minang Padang.
- Ragab G, Elshahaly M, Bardin T. Gout: An old disease in new perspective - A review. *J Adv Res*. 2017 Sep;8(5):495-511. doi: 10.1016/j.jare.2017.04.008. Epub 2017 May 10. PMID: 28748116; PMCID: PMC5512152.
- Andriani, A. Chaidir, R. 2016. Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Salam (*Syzygium Polyanthum*) terhadap Penurunan Kadar Asam Urat. *Research of Applied Science and Education*, 12(2), 112-119.
- Novianti, (2015), *Hidup Sehat Tanpa Asam Urat* (1st ed), Perpustakaan Nasional RI, Yogyakarta.
- Sutanto, T. 2013. *Deteksi Pencegahan, Pengobatan Asam Urat*, Yogyakarta: Buku Pintar
- Aminah, M. S. 2013. *Khasiat Sakti Tanaman Obat untuk Asam Urat*, Jakarta: Dunia Sehat
- Ekasari, W, 2018. *Tanaman dan Kesehatan, Terapi Alternatif Tiga Penyakit Utama dengan Bukti Ilmiah*. Indomedika Pustaka: Sidoarjo
- Widiyono. 2020. Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia. *Jurnal Perawat Indonesia*, 4(2), 413–423. <https://doi.org/10.32584/jpi.v4i2.594>.
- Anggraini, S. N., & Ulfah Ayudytha, A. 2019. Efektifitas Kompres Ekstrak Jahe terhadap Nyeri Sendi Pada Pasien Gout Arthritis di Panti Sosial Tresna Werda Pekanbaru Riau. *Photon: Jurnal Sain Dan Kesehatan*, 10(1), 42-48. <https://doi.org/10.37859/jp.v10i1.1476>
- Suriana, N. 2014. *Herbal Sakti Atasi Asam Urat*. Perpustakaan nasional

