

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Kondisi lokasi penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Posyandu Bakti Rahayu Desa Baturiti Kecamatan Kerambitan. Posyandu adalah program yang diadakan oleh komunitas dengan dukungan tenaga kesehatan untuk meningkatkan kesehatan masyarakat. Berdasarkan data yang diperoleh dari Data Kependudukan Desa Baturiti, jumlah penduduk yang tercatat yaitu sebanyak 2.843 orang (916 KK) yang terdiri dari enam banjar yaitu Banjar Mundukcatu, Banjar Dukuh Gede, Banjar Dukuh Belong, Banjar Baturiti Kaja, Banjar Baturiti Tengah dan Banjar Baturiti Kelod, sedangkan jumlah total lansia di Desa Baturiti yaitu sebanyak 1.421 dari 2.843 penduduk (Sistem Informasi Desa Baturiti, 2025). Dari jumlah tersebut, hanya 80 lansia yang tercatat aktif berpartisipasi dalam kegiatan posyandu lansia.

Kegiatan di Posyandu Bakti Rahayu Desa Baturiti rutin dilakukan setiap satu minggu sekali. Program kerja yang dilaksanakan diantaranya senam lansia, penyuluhan dan pengecekan kesehatan secara berkala yang terdiri atas pengecekan glukosa darah, tekanan darah, asam urat, kolesterol, tinggi badan, berat badan dan pemberian makanan tambahan (PMT) yang dilakukan oleh kader kesehatan dan bidan desa.

2. Karakteristik subjek penelitian

Subjek penelitian ini adalah lansia yang berusia 45 – 90 tahun yang tercatat masih aktif mengikuti kegiatan posyandu lansia di Posyandu Bakti Rahayu Desa Baturiti Kecamatan Kerambitan Kabupaten Tabanan. Jumlah subjek penelitian

dalam penelitian ini yaitu sebanyak 45 responden. Adapun karakteristik responden diuraikan sebagai berikut.

a. Karakteristik responden berdasarkan usia

Karakteristik responden penelitian di Posyandu Bakti Rahayu Desa Baturiti Kerambitan berdasarkan usia dapat dilihat pada tabel 4 berikut ini:

Tabel 4
Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

No	Kelompok Usia	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	<i>Middle age</i> (45 – 59 tahun)	8	18
2	<i>Elderly</i> (60 – 74 tahun)	29	64
3	<i>Old</i> (75 – 90 tahun)	8	18
	Total	45	100

Berdasarkan tabel 4 di atas, diperoleh hasil bahwa kelompok *elderly* (60 – 74 tahun) memiliki jumlah responden terbanyak, yaitu 29 orang (64 %).

b. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Karakteristik responden penelitian di Posyandu Bakti Rahayu Desa Baturiti Kerambitan berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel 5 berikut ini:

Tabel 5
Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Laki – laki	16	36
2	Perempuan	29	64
	Total	45	100

Berdasarkan tabel 5 di atas, diperoleh data responden yang paling dominan, yaitu jenis kelamin perempuan dengan total 29 orang (64 %).

c. Karakteristik responden berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT)

Karakteristik responden penelitian di Posyandu Bakti Rahayu Desa Baturiti

Kerambitan berdasarkan IMT dapat dilihat pada tabel 6 berikut ini:

Tabel 6
Karakteristik Responden Berdasarkan Indeks Massa Tubuh

No	Indeks Massa Tubuh	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Berat badan kurang	3	7
2	Berat badan normal	18	40
3	Kelebihan berat badan	8	17
4	Obesitas tingkat I	13	29
5	Obesitas tingkat II	3	7
Total		45	100

Berdasarkan tabel 6 di atas, diperoleh data bahwa lebih banyak responden memiliki indeks massa tubuh yang termasuk dalam kategori normal, dengan total responden sebanyak 18 orang (40 %).

d. Karakteristik responden berdasarkan aktivitas fisik

Karakteristik responden penelitian di Posyandu Bakti Rahayu Desa Baturiti

Kerambitan berdasarkan aktivitas fisik dapat dilihat pada tabel 7 berikut ini:

Tabel 7
Karakteristik Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik

No	Aktivitas Fisik	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Intensitas rendah	3	7
2	Intensitas sedang	9	20
3	Intensitas tinggi	33	73
Total		45	100

Berdasarkan tabel 7 di atas, diperoleh data jumlah responden terbanyak berasal dari kelompok dengan tingkat aktivitas fisik yang tinggi, yaitu sebanyak 33 orang (73 %).

3. Hasil pengamatan terhadap subyek penelitian berdasarkan variabel penelitian

a. Hasil pemeriksaan kadar asam urat pada lansia

Hasil pemeriksaan kadar asam urat pada lansia di Posyandu Bakti Rahayu Desa Baturiti Kerambitan dapat dilihat pada tabel 8 berikut ini:

Tabel 8
Kadar Asam Urat Pada Lansia

No	Kadar Asam Urat	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Normal	21	47
2	Tinggi	24	53
	Total	45	100

Berdasarkan tabel 8 di atas, diperoleh jumlah responden terbanyak adalah responden yang memiliki kadar asam urat tinggi, dengan total sebanyak 24 orang (53 %).

b. Hasil pemeriksaan kadar asam urat berdasarkan usia

Hasil pemeriksaan kadar asam urat pada lansia di Posyandu Bakti Rahayu Desa Baturiti Kerambitan berdasarkan usia dapat dilihat pada tabel 9 berikut ini:

Tabel 9
Distribusi Kadar Asam Urat Pada Lansia Berdasarkan Usia

No	Kelompok Usia	Kadar Asam Urat (mg/dL)				Jumlah	
		Normal		Tinggi			
		Jumlah (orang)	%	Jumlah (orang)	%	Jumlah (orang)	%
1	<i>Middle age</i> (45 – 59 tahun)	5	11	3	7	8	18
2	<i>Elderly</i> (60 – 74 tahun)	11	24	18	40	29	64
3	<i>Old</i> (75 – 90 tahun)	5	11	3	7	8	18
	Total	21	46	24	54	45	100

Berdasarkan tabel 9 di atas, data menunjukkan bahwa responden terbanyak memiliki kadar asam urat tinggi pada kelompok *elderly* (60 – 74) tahun dengan jumlah responden sebanyak 18 orang (40 %).

c. Hasil pemeriksaan kadar asam urat berdasarkan jenis kelamin

Hasil pemeriksaan kadar asam urat pada lansia di Posyandu Bakti Rahayu Desa Baturiti Kerambitan berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel 10 berikut ini:

Tabel 10
Distribusi Kadar Asam Urat Pada Lansia Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Kadar Asam Urat (mg/dL)				Jumlah	
		Normal		Tinggi			
		Jumlah (orang)	%	Jumlah (orang)	%	Jumlah (orang)	%
1	Laki – laki	11	25	5	11	16	36
2	Perempuan	10	22	19	42	29	64
	Total	21	47	24	53	45	100

Berdasarkan tabel 10 di atas, diperoleh data bahwa jumlah responden dengan kadar asam urat tinggi lebih dominan pada kelompok perempuan, yaitu sebanyak 19 orang (42 %).

d. Hasil pemeriksaan kadar asam urat berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT)

Hasil pemeriksaan kadar asam urat pada lansia di Posyandu Bakti Rahayu Desa Baturiti Kerambitan berdasarkan IMT dapat dilihat pada tabel 11 berikut ini:

Tabel 11
Distribusi Kadar Asam Urat Pada Lansia Berdasarkan Indeks Massa Tubuh

No	Indeks Massa Tubuh	Kadar Asam Urat (mg/dL)				Jumlah	
		Normal		Tinggi			
		Jumlah (orang)	%	Jumlah (orang)	%	Jumlah (orang)	%
1	Berat badan kurang	3	7	0	0	3	7
2	Berat badan normal	9	20	9	20	18	40
3	Kelebihan berat badan	4	9	4	9	8	18
4	Obesitas tingkat I	4	9	9	20	13	29
5	Obesitas tingkat II	1	2	2	4	3	6
	Total	21	47	24	53	45	100

Berdasarkan tabel 11 di atas, diperoleh data bahwa responden dengan kadar asam urat tinggi terbanyak berasal dari kelompok yang memiliki IMT normal dan obesitas tingkat I, masing – masing dengan jumlah responden sebanyak 9 orang (20 %).

e. Hasil pemeriksaan kadar asam urat berdasarkan aktivitas fisik

Hasil pemeriksaan kadar asam urat pada lansia di Posyandu Bakti Rahayu Desa Baturiti Kerambitan berdasarkan aktivitas fisik dapat dilihat pada tabel 12 berikut ini:

Tabel 12
Distribusi Kadar Asam Urat Pada Lansia Berdasarkan Aktivitas Fisik

No	Aktivitas Fisik	Kadar Asam Urat (mg/dL)				Jumlah	
		Normal		Tinggi			
		Jumlah (orang)	%	Jumlah (orang)	%	Jumlah (orang)	%
1	Intensitas rendah	2	4	1	2	3	6
2	Intensitas sedang	3	7	6	13	9	20
3	Intensitas tinggi	16	36	17	38	33	74
	Total	21	47	24	53	45	100

Berdasarkan tabel 12 di atas, diperoleh data bahwa jumlah responden terbanyak yang memiliki kadar asam urat tinggi terdapat pada kelompok yang melakukan aktivitas fisik dengan intensitas tinggi, dengan total responden 17 orang (38 %).

B. Pembahasan

1. Kadar asam urat pada lansia

Pada penelitian ini, jumlah responden yang digunakan yaitu sebanyak 45 orang lansia. Hasil pengukuran kadar asam urat pada responden yang diperoleh dikategorikan menjadi normal dan tinggi. Dikategorikan normal untuk perempuan apabila nilainya antara 2,4 – 6,0 mg/dL dan tinggi apabila nilainya lebih dari 6,0 mg/dL, sedangkan untuk laki – laki dikategorikan normal jika nilainya 3,4 – 7,0 mg.dL dan tinggi apabila nilainya lebih dari 7,0 mg/dL (Kemenkes RI, 2022).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dari 45 orang responden, sebanyak 21 orang menunjukkan kadar asam urat normal, yang meliputi 11 orang laki-laki (25 %) dan 10 orang perempuan (22 %), sedangkan 24 responden lainnya memiliki kadar asam urat tinggi, yang meliputi 5 orang laki – laki (11 %) dan 19 orang perempuan (42 %). Hasil tersebut menunjukkan bahwa responden perempuan lebih banyak memiliki kadar asam urat tinggi. Pada masa lansia, tubuh seseorang akan mengalami berbagai perubahan, termasuk perubahan fisik, psikososial, kognitif, serta fungsional. Faktor fisik memengaruhi status fungsional lansia, salah satunya yaitu kesehatan fisiologis (Yaslina, Maidaliza dan Srimutia, 2021). Lansia biasanya lebih rentan terkena penyakit karena mengalami penurunan fungsi organ tubuh. Akibatnya, kemampuan untuk memproduksi hormon dan nutrisi penting lainnya berkurang. Perubahan paling signifikan yang dialami oleh individu di usia

lanjut mencakup berkurangnya massa tubuh seperti tulang, otot, dan organ, serta bertambahnya lemak. Penambahan lemak ini dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya berbagai penyakit, termasuk asam urat (Amrullah dkk., 2023). Selain itu, perempuan apabila telah memasuki masa menopause akan lebih rentan terkena penyakit asam urat karena produksi hormon estrogen dalam tubuh berkurang, di mana hormon ini berperan dalam mengurangi kemungkinan terjadinya penumpukan asam urat dalam tubuh (Nasir, 2017).

Asam urat adalah hasil akhir dari proses metabolisme purin yang dihasilkan setelah pemecahan nukleotida purin. Kenaikan tingkat asam urat dalam tubuh dapat terjadi akibat ketidaknormalan dalam proses pengeluarannya atau produksi yang berlebihan. Konsentrasi asam urat yang melampaui batas normalnya, dapat mengakibatkan akumulasi asam urat di sendi serta organ lainnya, yang menyebabkan nyeri dan peradangan pada sendi. Nyeri yang muncul secara mendadak dan berulang merupakan salah satu ciri dan pertanda dari *gout arthritis*. Sebagai akibat dari serangan tersebut, permukaan kulit di sekitar sendi akan terlihat kemerahan, lebih mengkilap, bengkak, dan terasa panas. Sendi akan sangat nyeri dan sulit untuk digerakkan. Serangan awal dari penyakit asam urat sering kali terjadi di pangkal jempol kaki atau sendi lainnya, seperti lutut, jari tangan dan kaki, tumit, serta siku. Peradangan akibat asam urat umumnya muncul dengan cepat, namun tidak langsung mengakibatkan kerusakan yang serius. Setiap kali terjadi serangan, sendi akan mengalami kerusakan. Seiring waktu, struktur sendi dapat mengalami perubahan, yang mengakibatkan penurunan fungsi sendi dan berpotensi menyebabkan cacat (Noviyanti, 2015).

2. Kadar asam urat pada lansia berdasarkan karakteristik

a. Kadar asam urat pada lansia berdasarkan usia

Pada penelitian yang telah dilakukan, dari 45 orang responden, diperoleh data bahwa 3 orang (7 %) responden dalam kategori usia *middle age* (45 – 59 tahun) memiliki kadar asam urat tinggi, sementara di kelompok usia *elderly* (60 – 74 tahun) terdapat 18 orang (40 %), dan di kelompok usia *old* (75 – 90 tahun), terdapat 3 orang (7 %). Selain itu, pada kelompok usia *middle age* (45 – 59 tahun), juga ditemukan 5 orang (11 %) responden dengan kadar asam urat normal, pada kelompok usia *elderly* (60 – 74 tahun) terdapat 11 orang (24 %), dan pada kelompok usia *old* (75 – 90 tahun) sebanyak 5 orang (11 %). Hasil ini menunjukkan bahwa kelompok usia *elderly* (60 – 74 tahun) memiliki jumlah responden dengan kadar asam urat tinggi terbanyak.

Hasil penelitian ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan Astari (2024) tentang “Gambaran Kadar Asam Urat Pada Lansia di Wilayah Banjar Adat Sampiang Gianyar”, diperoleh hasil yaitu kadar asam urat tinggi terbanyak ditemukan pada kelompok usia *elderly* (60 – 74 tahun). Meningkatnya konsentrasi asam urat dalam tubuh pada individu yang berusia lanjut kemungkinan disebabkan oleh adanya penurunan fungsi organ tubuh seperti menurunnya fungsi ginjal dan tubulus, menurunnya kemampuan ekskresi, menurunnya massa organ tubuh, tulang mengalami penurunan kadar cairan dan menjadi rapuh, yang pada akhirnya meningkatkan potensi terjadinya *hiperurisemia*. Selain itu, seiring dengan pertambahan usia, produksi enzim urokinase yang berfungsi mengubah asam urat menjadi allantoin mengalami penurunan. Gangguan dalam pembentukan enzim ini dapat meningkatkan konsentrasi asam urat dalam darah (Amrullah dkk., 2023).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Silpiyani, Kurniawan dan Wibowo (2023) tentang “Karakteristik Responden Lansia Penderita Asam Urat di Desa Pageraji Kecamatan Cilongok”, di mana diperoleh hasil yaitu sebagian besar responden dengan kadar asam urat tinggi berasal dari kelompok usia *elderly* (60 – 74 tahun). Seiring bertambahnya usia, kualitas hormon cenderung menurun dan sintesis enzim HGPRT terganggu. Enzim ini berkontribusi dalam proses perubahan purin menjadi nukleotida purin. Ketika jumlahnya menurun, metabolisme purin dalam tubuh tidak dapat berlangsung secara optimal, yang pada akhirnya menyebabkan purin dikatalisis menjadi asam urat oleh enzim *xanthine oxidase*. Akibatnya, tubuh mengalami peningkatan kadar asam urat atau *hiperurisemia* (Kurniawan dan Kartinah, 2023).

b. Kadar asam urat pada lansia berdasarkan jenis kelamin

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dari 45 orang responden yang terdiri dari 16 responden laki – laki dan 29 responden perempuan, ditemukan bahwa prevalensi kadar asam urat tinggi terbanyak ditemukan pada responden perempuan, yaitu sebanyak 19 orang (42 %). Di sisi lain, responden dengan kadar asam urat normal lebih banyak ditemukan pada kelompok laki-laki, yaitu sebanyak 11 orang (25 %). Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Arjani, Mastra dan Merta tentang “Gambaran Kadar Asam Urat dan Tingkat Pengetahuan Lansia di Desa Samsam Kecamatan Kerambitan Kabupaten Tabanan”, yang menunjukkan bahwa prevalensi kadar asam urat yang tinggi lebih dominan pada responden perempuan, yakni sebesar 66,7 % (38 orang). Selain itu, hasil ini juga didukung oleh penelitian Nasir (2017) tentang “Gambaran Asam Urat Pada Lansia di Wilayah Kampung Selayar Kota Makassar”. Dalam penelitian tersebut,

dari 20 responden yang terdiri atas 10 perempuan dan 10 laki – laki, seluruh responden perempuan (100 %) memiliki kadar asam urat yang tinggi.

Pada umumnya, kadar asam urat pada laki – laki terutama laki – laki usia dewasa cenderung lebih tinggi daripada perempuan sebab hormon androgen pada laki – laki dewasa akan menjadi lebih aktif sehingga meningkatkan risiko terjadinya penyakit asam urat. Sedangkan, pada perempuan dewasa, risiko terkena penyakit asam urat lebih kecil dibandingkan laki – laki sebab perempuan mempunyai hormon estrogen yang dapat menurunkan kemungkinan terjadinya akumulasi asam urat, karena hormon ini dapat memudahkan proses pembuangan asam urat melalui ginjal (Nasir, 2017). Namun, perempuan yang telah memasuki masa menopause, kadar asam uratnya cenderung meningkat, karena hormon estrogen akan menurun drastis selama periode tersebut (Yasin, Febriyona dan Sudirman, 2023).

c. Kadar asam urat pada lansia berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT)

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dari 45 orang responden, responden dengan kadar asam urat normal yang diperoleh yaitu 3 orang (7 %) responden dengan IMT yang tergolong kurang, 9 orang (20 %) responden dengan IMT yang tergolong normal, 5 orang (11 %) responden dengan IMT yang tergolong lebih, 3 orang (7 %) responden dengan IMT yang tergolong obesitas tingkat I dan 1 orang (2 %) responden dengan IMT yang tergolong obesitas tingkat II. Sedangkan, responden dengan kadar asam urat tinggi pada kategori IMT normal ditemukan sebanyak 9 orang (20 %), 4 orang (9 %) responden dengan kategori IMT lebih, 9 orang (20 %) responden dengan kategori IMT obesitas tingkat I dan 2 orang (4 %) responden dengan kategori IMT obesitas tingkat II. Hasil penelitian ini

menunjukkan bahwa responden dengan IMT dalam kategori normal serta obesitas tingkat I merupakan kelompok yang paling banyak memiliki kadar asam urat tinggi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wulandari dkk. (2022) tentang “Indeks Massa Tubuh (IMT) dan *Hiperurisemia* pada Lansia di Puskesmas Tanjung Medan Kabupaten Labuhanbatu Selatan”, yang menunjukkan bahwa 28 orang (36,4 %) responden dengan kategori IMT obesitas dan 22 orang (28,6 %) responden dengan kategori IMT normal memiliki kadar asam urat tinggi. Hasil penelitian ini juga cukup sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Astari (2024) tentang “Gambaran Kadar Asam Urat Pada Lansia di Wilayah Banjar Adat Sampiang Gianyar”, yang mengungkapkan bahwa kadar asam urat tinggi terbanyak yaitu pada lansia dengan kategori IMT obesitas dengan jumlah responden sebanyak 15 orang (35,7 %). Selain itu, hasil penelitian oleh Leokuna dan Malinti (2020) tentang “Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Kadar Asam Urat pada Orang Dewasa di Oesapa Timur” juga mendukung hasil penelitian ini, di mana diperoleh hasil uji korelasi yaitu nilai $p < 0,05$ dan $r = 0,398$, yang mengindikasikan adanya hubungan signifikan antara IMT dengan kadar asam urat.

Pada kondisi obesitas, sekresi asam lemak bebas ke dalam sirkulasi darah akan meningkat, yang mengakibatkan lebih banyak asam lemak bebas memasuki jaringan dibandingkan yang seharusnya. Terlalu banyak asam lemak bebas masuk ke dalam otot menyebabkan resistensi terhadap insulin. Beberapa faktor seperti resistensi insulin, kurangnya oksigen, dan apoptosis dapat mengubah enzim *xanthine*. Insulin memiliki fungsi dalam penyerapan kembali asam urat di tubulus proksimal nefron ginjal. Oleh karena itu, *hiperurisemia* dapat muncul akibat *hiperinsulinemia* pada tahap pradiabetes dan peningkatan reabsorpsi. Selain itu,

obesitas mengarah pada pembengkakan dan peradangan pada jaringan lemak, yang berkontribusi terhadap resistensi insulin dan meningkatnya aktivitas sitokin proinflamasi. Ketika aktivitas sitokin proinflamasi mengalami peningkatan, maka akan terjadi peningkatan kematian sel dan kerusakan jaringan, yang pada gilirannya mengakibatkan meningkatnya konsentrasi asam urat dalam darah. Di samping itu, aktivitas sitokin ini juga akan meningkatkan kerja enzim *xanthine oxidase*, yang berkontribusi dalam sintesis asam urat (Anggraini, 2022). Oleh karena itu, pada individu yang mengalami obesitas, tingkat produksi asam urat cenderung meningkat, sedangkan laju ekskresi asam urat melalui ginjal menurun, sehingga berdampak pada kadar asam urat dalam tubuh (Wulandari dkk., 2022).

Pada keadaan IMT yang normal, meningkatnya kadar asam urat mungkin terkait dengan konsumsi purin dalam jumlah yang terlalu tinggi. Makanan yang kaya akan purin, termasuk daging, jeroan, dan beberapa sayuran serta kacang – kacangan, dapat memengaruhi peningkatan metabolisme purin dalam tubuh, yang mengakibatkan adanya peningkatan konsentrasi asam urat dalam darah (Anggraini, 2022). Meningkatnya kadar asam urat dapat terjadi pada kondisi IMT normal maupun obesitas karena status IMT hanya menggambarkan asupan lemak, karbohidrat, dan status klirens asam urat, bukan jumlah purin yang dikonsumsi. Individu dengan kategori obesitas juga dapat memiliki kadar asam urat normal jika mereka mengonsumsi purin dalam jumlah sedikit dan menjalani gaya hidup sehat untuk mencegah kenaikan kadar asam urat. Mengatur asupan purin adalah salah satu cara untuk menerapkan hidup sehat dan menghindari penyakit asam urat. Selain itu, perilaku lain seperti minum air putih secara teratur, minimal 10 hingga 12 gelas sehari, dan mengonsumsi makanan tinggi serat seperti brokoli, apel, jeruk,

stroberi, mentimun, serta wortel juga bisa dilakukan untuk mencegah penyakit asam urat (Wulandari dkk., 2022).

d. Kadar asam urat pada lansia berdasarkan aktivitas fisik

Pada penelitian yang telah dilakukan, dari 45 orang responden, ditemukan bahwa responden dengan kadar asam urat tinggi lebih dominan pada kelompok yang beraktivitas fisik kategori tinggi, yaitu sebanyak 17 orang (38 %). Sementara itu, pada kelompok yang beraktivitas fisik kategori sedang terdapat 6 orang (13 %), dan pada kategori rendah sebanyak 1 orang (2 %). Di sisi lain, responden dengan kadar asam urat normal lebih dominan ditemukan pada kelompok yang beraktivitas fisik kategori tinggi, yaitu sebanyak 16 orang (36 %), diikuti oleh kelompok kategori sedang yaitu 3 orang (7 %), dan kategori rendah 2 orang (4 %). Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa responden dengan aktivitas fisik kategori tinggi cenderung memiliki kadar asam urat tinggi.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Ali, Rammang dan Irnawan (2024) tentang “Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia di Wilayah Kerja Panti Jompo Yayasan Al-Kautsar Palu”, yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara aktivitas fisik dan kadar asam urat dengan nilai $\rho = 0,000 < \alpha = 0,05$ yang diperoleh dari hasil analisis bivariat. Penelitian lainnya oleh Suntara, Alba dan Hutagalung (2022) tentang “Hubungan Antara Aktifitas Fisik dengan Kadar Asam Urat (*Gout*) Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Batu Aji Kota Batam”, juga mendukung hasil penelitian ini, di mana hasil uji Chi – Square menunjukkan nilai $\rho = 0,005 < 0,05$, yang menandakan adanya hubungan antara aktivitas fisik dan kadar asam urat pada lansia.

Aktivitas fisik memiliki dampak terhadap kadar asam urat, karena dapat memacu produksi asam laktat dan menurunkan efisiensi ekskresi asam urat. Ketika ginjal tidak mampu mengekskresikan asam urat dengan optimal, maka terjadi akumulasi asam urat dalam tubuh. Akumulasi ini dapat memicu munculnya nyeri sendi, yang biasanya terjadi pada kaki bagian atas dan pergelangan. Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada responden dengan menggunakan kuesioner IPAQ – SF, sebagian besar responden yang memiliki aktivitas fisik dengan intensitas tinggi biasanya melakukan pekerjaan yang cukup melelahkan dengan durasi yang cukup lama seperti melakukan pekerjaan ke sawah, menggendong anak, dan menjahit. Aktivitas fisik tinggi yang dilakukan tersebut memungkinkan terjadinya kenaikan konsentrasi asam urat dalam darah sebagai dampak dari diproduksi asam laktat yang juga memicu peningkatan produksi purin dalam tubuh (Suntara, Alba dan Hutagalung, 2022).