

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN POLA MAKAN DENGAN KADAR ASAM URAT PADA PENDERITA GOUT ARTRITIS DI KEPULAUAN SELAYAR

Jufri^{1*}, Muhammad Sahlan Zamaa², Sulaiman¹, Muhammad Hatta¹, Serliyani³

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar

²Program Studi Profesi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar

³Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar

*Alamat Korespondensi: adejufri8@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Gout arthritis merupakan salah satu penyakit degeneratif yang disebabkan oleh metabolisme abnormal purin yang ditandai dengan meningkatnya kadar asam urat dalam darah (hiperurisemia), jika asam urat ini terus menumpuk makin lama maka akan berdampak jika kadar gout arthritis dalam tubuh berlebih dapat menimbulkan batu ginjal atau pirai dipersendian.

Tujuan: untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan pola makan dengan kadar asam urat pada penderita gout arthritis.

Metode: penelitian kuantitatif menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat usia 35-50 yang menderita gout arthritis sebanyak 53 responden. Teknik penarikan sampel dalam penelitian ini adalah total sampling dengan jumlah sampel sebanyak 53 responden.

Hasil: uji *fisher exact test* menunjukkan nilai *p (value)* 0,002 ($<0,05$) yang berarti bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan kadar asam urat. Untuk hubungan pola makan dengan kadar asam urat diperoleh nilai *p (value)* adalah 0,0010 ($p<0,05$) yang berarti bahwa ada hubungan antara pola makan dengan kadar asam urat.

Kesimpulan: ada hubungan pengetahuan dan pola makan dengan kadar asam urat pada penderita gout arthritis, diharapkan agar masyarakat lebih meningkatkan pengetahuan tentang pola makan yang mempengaruhi kadar asam urat. Petugas kesehatan sebaiknya rutin dalam memberikan pendidikan kesehatan kepada masyarakat tentang gout arthritis terutama terkait pola makan.

Kata Kunci: Pengetahuan, Pola makan, Gout arthritis

PENDAHULUAN

Gout arthritis merupakan salah satu penyakit degeneratif yang disebabkan oleh metabolisme abnormal purin yang ditandai dengan meningkatnya kadar asam urat dalam darah (hiperurisemia). Hal ini diikuti dengan terbentuknya timbunan kristal berupa garam urat di persendian yang menyebabkan adanya peradangan sendi pada lutut dan atau jari (Persatuan Ahli Gizi Indonesia, 2019). Gout arthritis dapat menyerang pria pada usia 30 - 50 tahun dan merupakan penyakit yang diturunkan oleh generasi sebelumnya, akan tetapi tidak pada wanita. Wanita dapat terserang gout arthritis setelah mengalami menopause. Hal ini berkaitan dengan adanya hormon estrogen yang berperan dalam proses regulasi asam urat

dalam darah. Kadar asam urat dikatakan tinggi, apabila kadar asam urat dalam darah tersebut lebih dari kadar normalnya. Kadar normal asam urat pada pria yaitu 3,4 - 7,0 mg/dl sedangkan pada wanita yaitu 2,4 - 5,7 mg/dl (Yulianingsih et al., 2022).

Penyebab tingginya gout arthritis yaitu mengkonsumsi makanan yang mengandung tinggi purin dapat mengakibatkan kadar asam urat meningkat dengan cepat. Selain faktor makanan, pengetahuan merupakan salah satu penyebab dampak terjadinya gout arthritis pada lansia dan di dapatkan sebagian masyarakat yang menderita gout arthritis masih banyak yang mengkonsumsi makanan yang mengandung tinggi purin. Faktor kelainan metabolisme yang ada kaitannya dengan usia juga bisa

mengakibatkan ketidakstabilan kadar asam urat. Pada gout arthritis nyeri yang dirasakan terjadi secara mendadak dan mayoritas terjadi pada malam hari. Jika gout arthritis menyerang persendian maka akan tampak memerah, bengkak, panas dan disertai nyeri yang hebat serta sulit digerakkan. Mayoritas penderita asam urat akan mengalami kekambuhan pada tengah malam sampai pagi hari. Hal ini ditemukan pada pasien gout arthritis tanpa melihat gender, usia, berat badan, dan obat-obatan yang digunakan, nyeri hebat yang dirasakan pada persendian dapat mengganggu aktivitas sehari-hari bahkan mengganggu kualitas tidur lansia (Marlinda, 2021). Secara garis besar bahwa purin didapatkan dari makanan, dengan pola makan yang mengandung purin secara berlebihan adalah faktor yang menyebabkan masyarakat akan mengalami asam urat. Hal ini masih kurang disadari masyarakat tentang konsumsi purin yang berlebih dapat meningkatkan kadar asam urat dalam darah dengan kurang memperhatikan pola makan yang mengandung purin meliputi frekuensi makan, jenis makanan, dan jumlah makanan (Dungga, 2022).

Berdasarkan data WHO (World Health Organization) dalam Non-Communicable Disease Country Profile (2011), di Indonesia prevalensi penyakit asam urat pada usia 55-64 tahun berkisar pada 45%, dan pada usia 65-74 tahun berkisar pada 51,9%, serta usia >75 tahun berkisar pada 54,8% (Syarifuddin, Taiyeb, 2019).

Berdasarkan data prevalensi gout arthritis di dunia sebanyak 34,2%. Gout arthritis sering terjadi di negara maju seperti Amerika. Prevalensi gout arthritis di Negara Amerika sebesar 26,3% dari total penduduk. Peningkatan kejadian gout arthritis tidak hanya terjadi di negara maju saja. Peningkatan gout arthritis juga terjadi di negara berkembang, salah satunya di Negara Indonesia. Prevalensi gout arthritis di Indonesia terjadi pada usia dibawah 34 tahun sebesar 32% (Amelia, 2021).

Prevalensi penyakit gout arthritis di Indonesia semakin mengalami peningkatan. menurut Riskesdas tahun 2018, prevalensi penyakit gout arthritis berdasarkan diagnosa tenaga kesehatan di Indonesia 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala 24,7% jika dilihat dari karakteristik umur, prevalensi tinggi pada umur ≥ 75 tahun (54,8%). Penderita wanita lansia juga lebih banyak (8,46%) dibandingkan dengan pria (6,13%) (Riskesdas, 2018).

Di Sulawesi Selatan berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018, di kepulauan selayar Prevalensi asam urat sebanyak (3,99%), dan prevalensi asam urat berdasarkan diagnosis dokter pada kelompok Umur $\geq 65-74$ tahun (17,1%), berjenis kelamin perempuan (7,43%), pendidikan tidak/belum pernah sekolah (11,37%), tidak bekerja (8,57%). dan tempat tinggal di perkotaan (6,56%). (Riskesdas, 2018)

Dampak yang terjadi jika kadar gout arthritis dalam tubuh berlebih dapat menimbulkan batu ginjal atau pirai dipersendian. Walaupun gout arthritis tidak mengancam nyawa, namun apabila penyakit ini sudah menyerang penderitanya akan mengalami siksaan nyeri yang sangat menyakitkan, yaitu terjadi pembengkakan, hingga cacat pada persendian 14 tangan dan kaki. Rasa sakit pada pembengkakan tersebut disebabkan oleh endapan Kristal monosodium urat yang menimbulkan rasa nyeri pada daerah tersebut. (Anang Priyanto, 2022)

Manusia dapat melakukan pencegahan pada penyakit apabila seseorang dapat memperhatikan dengan baik dan memiliki suatu pengetahuan tentang penyakit tersebut. Pengetahuan adalah suatu terjemahan dari proses manusia menggunakan indera yang dimiliki atau suatu perolehan dari seseorang yang mengetahui objek dari organ indera yang telah dipunyai seperti hidung, mata, telinga dan lainnya. Selanjutnya, pengetahuan adalah contoh yang dapat memberikan pengaruh pada tingkah laku terhadap kesehatan. Tingkah laku

tersebut memiliki pondasi dari suatu pengetahuan, maka tingkah laku itu dapat bertahan dengan waktu yang lama. Namun, kebalikannya, apabila tingkahlaku yang tidak memiliki pondasi dari suatu pengetahuan dapat hilang dengan cepat dan tidak melekat cukup lama. Sumber pengetahuan seseorang adalah melalui penyuluhan atau dapat diperoleh dari pendidikan tentang kesehatan. (Nafiah, 2021).

Kabupaten Kepulauan Selayar merupakan salah satu diantara 24 Kabupaten/Kota di Provinsi Sulawesi Selatan yang letaknya di ujung selatan Pulau Sulawesi dan memanjang dari Utara ke Selatan, dengan jumlah kecamatan sebanyak 11 kecamatan, 7 kelurahan, dan 67 desa. Daerah ini memiliki kekhususan yakni satu-satunya Kabupaten di Sulawesi Selatan yang seluruh wilayahnya terpisah dari daratan Sulawesi dan terdiri dari gugusan beberapa pulau sehingga membentuk suatu wilayah kepulauan. Angka Harapan Hidup (AHH) merupakan salah satu indikator derajat kesehatan yang digunakan sebagai salah satu dasar penghitungan Indeks Pembangunan Manusia (IPM). Angka Harapan Hidup (AHH) memberikan gambaran probabilitas umur maksimal yang dapat dicapai seorang bayi baru lahir. Indikator ini dipandang dapat menggambarkan taraf hidup suatu bangsa, sehingga dijadikan salah satu indikator untuk mengevaluasi kinerja pemerintah dalam meningkatkan kesejahteraan penduduk pada umumnya dan meningkatkan derajat kesehatan pada khususnya. Peningkatan Angka Harapan Hidup menunjukkan adanya peningkatan kehidupan dan kesejahteraan penduduk serta meningkatnya derajat kesehatan (Maulana & Bawono, 2021).

Masungke adalah desa yang berada di Kecamatan Pasimasunggu Kabupaten Kepulauan Selayar, Sulawesi Selatan, Indonesia. Desa Massungke mempunyai penduduk berjumlah 1.108 jiwa. Dengan jumlah tersebut setelah melakukan pengambilan data awal dan melakukan survei kemasyarakat terdapat 53 orang yang

menderita Gout Artritis di Desa Massungke. Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis melakukan penelitian tentang “Hubungan Pengetahuan dan Pola Makanan dengan Kadar Asam Urat pada Penderita Gout Artritis di Desa Massungke”.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Massungke Kabupaten Kepulauan Selayar. Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variable. dengan pendekatan *cross sectional* merupakan penelitian dengan menekankan waktu pengukuran atau observasi data variable secara simultan pada saat dan tidak ada tindak lanjutan. Penelitian ini berjalan dari tanggal 8 Mei-Juni 2023. Populasi pada penelitian ini adalah masyarakat usia 35-50 tahun yang berada di ruang lingkup Desa Massungke yang menderita Gout Artritis, jumlah populasi pada penelitian ini sebanyak 53 orang yang menderita Gout Artritis di Desa Massungke.

HASIL

1. Karakteristik responden

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan distribusi karakteristik responden di Desa Massungke Kecamatan Pasimasunggu Kabupaten Kepulauan Selayar tahun 2023 dari 53 responden didapatkan , karaktersitik kelompok umur responden terbanyak adalah 40-50 tahun sebanyak 32 orang (60,4 %), dan yang paling sedikit adalah kelompok umur 35-39 tahun sebanyak 21 orang (39,6%), karakteristik jenis kelamin responden terbanyak adalah perempuan sebanyak 33 orang (62,3%), dan yang paling sedikit adalah laki-laki sebanyak 20 orang (37,7%), karakteristik pendidikan terakhir responden terbanyak adalah SMP sebanyak 24 orang (45,5%) , SD sebanyak 15 (28,3 %), SMA sebanyak 14 (26,5%). Karakteristik pekerjaan responden terbanyak adalah tidak bekerja sebanyak 34 orang (64,2%), dan yang paling

sedikit adalah yang bekerja hanya 19 orang (35,8%).

Karakteristik responden menurut lama menderita asam urat terbanyak adalah 3-4 tahun 30 orang (56,6%), dan karakteristik responden yang paling sedikit adalah 1-2 tahun hanya 23 orang (43,4). Karakteristik responden menurut sumber informasi terbanyak dari petugas karakteristik responden yang paling sedikit mendapatkan sumber informasi dari internet hanya 21 (39,6%) orang.

2. Analisis univariat

Berdasarkan tabel 2 di atas menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan Pengetahuan, pola makan dan asam urat di Desa Massungke Kecamatan Pasimasunggu Kabupaten Kepulauan Selayar tahun 2023 dari 53 responden didapatkan, responden dengan pengetahuan baik sebanyak 32 (83,0%) orang, sedangkan pengetahuan kurang 21 (17,0%), responden dengan pola makan Baik sebanyak 35 (66,0%) orang, sedangkan pola makan Buruk sebanyak 18 (34,0%) orang, dan responden yang memiliki kadar asam urat normal yaitu 42 (79,2%) orang, sedangkan tidak normal 11 (20,8%) orang.

3. Analisis bivariat

Berdasarkan tabel 3 di atas dari 53 responden menunjukkan bahwa responden dengan pengetahuan cukup sebanyak 32 orang yang terdiri dari 21 orang (65,6%) dengan asam urat normal, dan 11 orang (34,4) dengan asam urat tidak normal, sedangkan terdapat 21 orang dengan pengetahuan kurang dengan asam urat normal sebanyak 21 orang (100%), dengan asam urat tidak normal sebanyak 0 orang (0%). Hasil analisa menggunakan *Uji Chi Square*, dikarenakan ada tabel yang kosong atau dibawah 5, maka dilanjutkan dengan menggunakan *Uji Fishers Exact test*, dan diperoleh nilai *p (value)* adalah 0,002 ($p < 0,05$) dari dua uji tersebut dengan demikian terdapat hubungan antara pengetahuan dengan penyakit

asam urat di Desa Massungke Kecamatan Pasimasunggu Kabupaten Kepulauan Selayar.

Berdasarkan tabel 4 di atas dari 53 responden menunjukkan bahwa responden dengan pola makan terkontrol sebanyak 35 orang yang terdiri dari 24 orang (68,6) dengan asam urat normal dan 11 orang (31,4) dengan asam urat tidak normal, sedangkan terdapat 18 orang dengan pola makan tidak terkontrol yang terdiri dari 18 orang (100,0) dengan asam urat normal, dan 0 orang (0,0) dengan asam urat tidak normal. Hasil analisis menggunakan *uji Chi Square*, dikarenakan ada tabel yang kosong atau di bawah 5, maka dianjurkan menggunakan *uji Fishers Exact test*, dan di peroleh nilai $p=0,010$ ($<0,05$) dari dua uji tersebut dengan demikian terdapat hubungan antara pola makan dengan penyakit asam urat di Desa Massungke Kecamatan Pasimasunggu Kabupaten Kepulauan Selayar.

PEMBAHASAN

1. Analisis univariat

a. Umur

Diketahui bahwa responden yang paling banyak terkena penyakit asam urat berada pada kelompok umur 40-50 tahun atau (60,4 %), sedangkan responden dengan kelompok umur 35-39 tahun hanya (39,6%) dengan jumlah responden sebanyak 53 (100 responden. umur merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi seseorang terkena asam urat, semakin berumur seseorang semakin rentang terkena penyakit karena berkurangnya fungsi kekebalan tubuh dan semakin berumur seseorang semakin banyak pengetahuan tentang penyebab asam urat.

b. Jenis kelamin

Diketahui bahwa responden yang paling banyak menderita penyakit asam urat yaitu pada perempuan sebanyak 33 (62,3%) responden, sedangkan responden laki-laki hanya 20 (37,7%) orang. Dengan jumlah responden sebanyak 53 (100,0%). Jenis kelamin bukanlah hal yang dapat

mempengaruhi pengetahuan seseorang karena seseorang akan terkena asam urat baik jenis kelamin laki-laki maupun perempuan.

c. Pekerjaan

Diketahui bahwa karakteristik pekerjaan responden, diperoleh hasil bahwa sebanyak 34 (64,2%) responden yang tidak bekerja sedangkan responden yang bekerja hanya 19 (35,8%) responden. dengan jumlah responden sebanyak 53 (100,0%). Pekerjaan mempengaruhi pengetahuan, karena seseorang yang bekerja cenderung memiliki pengetahuan yang baik, seseorang yang bekerja lebih banyak melakukan aktifitas fisik baik aktifitas ringan dan berat. Kurangnya aktifitas fisik atau olahraga, dapat membuat sistem metabolisme menurun dan mengakibatkan tubuh lemah mudah mengalami gangguan fungsi organ serta membuat seseorang mudah sakit, salah satunya adalah terkena penyakit asam urat.

d. Pendidikan

Diketahui bahwa responden yang paling banyak memiliki pengetahuan pola makan pada penderita asam urat dengan pendidikan terakhir SMP sebanyak 24 (45,3%) responden, SD sebanyak 15 (28,3%) responden, SMA sebanyak 14 (26,4%) responden. Dengan jumlah keseluruhan responden sebanyak 53 (100,0%). pendidikan mempengaruhi pengetahuan seseorang, semakin tinggi pendidikan maka bertambah luas pengetahuan yang di miliki dalam bidang kesehatan. Dengan pengetahuan ini, pasien akan lebih sadar dalam menjaga kesehatannya.

e. Lama menderita

Diketahui bahwa karakteristik responden menurut lamana menderita asam urat terbanyak yaitu lama menderita 3-4 tahun sebanyak 33 (62,3%) responden, sedangkan lama menderita 1-2 tahun hanya 20 (37,7%) responden. Dengan jumlah keseluruhan responden sebanyak 53 (100,0%). Maka semakin lama orang menderita asam urat maka pengetahuan responden akan

lebih baik khususnya dalam hal mengenai pola makan.

f. Sumber Informasi

Diketahui bahwa karakteristik responden yang pernah mendapatkan informasi tentang pola makan penderita asam urat terbanyak yaitu petugas kesehatan sebanyak 32 (60,4%) responden, sedangkan informasi dari internet hanya 21 (39,6%) responden, dengan keseluruhan responden 53 (100,0%). Jadi sumber informasi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang untuk memperoleh pengetahuan yang baru.

g. Kadar asam urat

Dari hasil penelitian di dapatkan responden dengan kadar asam urat normal sebanyak 42 (79,2%) responden, kadar asam urat normal responden dikarenakan responden masih bisa menjaga dan mengontrol pola makannya, terutama makanan yang banyak mengandung zat purin, makanan yang mengandung zat purin yang berlebih akan mengakibatkan penumpukan zat purin dalam darah sehingga bisa menyebabkan asam urat. sedangkan responden dengan kadar asam urat tidak normal sebanyak 11 (20,8%), kadar asam urat responden tidak normal dikarenakan pola makan yang tidak terkontrol dan kurangnya perhatian untuk konsultasi kesehatan di puskesmas terdekat dengan keseluruhan responden 53 (100,0%). Pada penelitian ini kadar asam urat responden normal menunjukkan bahwa responden masih bisa menjaga atau mengendalikan asam urat dengan melakukan aktivitas fisik seperti berjalan kaki, dan juga minum obat yang di berikan oleh petugas kesehatan di UPT Puskesmas Benteng Jampea. dan kadar asam urat tidak normal dikarenakan belum bisa menjaga dan mengontrol pola makannya terutama banyak memakan makanan yang mengandung zat purin yang mengakibatkan penumpukan zat purin dalam darah sehingga menyebabkan asam urat.

2. Analisis bivariat

a. Hubungan Pengetahuan Dengan Kadar Asam Urat di Desa Massungke Kecamatan Pasimasunggu Kabupaten Kepulauan Selayar

Berdasarkan tabel 3 Menunjukkan bahwa dari 53 responden diperoleh pula hasil penelitian ini bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik dan asam urat normal sebanyak 21 orang sementara responden dengan pengetahuan baik namun asam urat tidak normal sebanyak 11 orang. Pada responden dengan pengetahuan kurang dan asam urat normal 21 orang, sedangkan pengetahuan kurang dan asam urat tidak normal di jumpai sebanyak 0 responden. Hal ini menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan yang luas tentang penyakit gout artritis belum tentu dapat mengaplikasikan pengetahuan tersebut ke dalam suatu tindakan, sehingga hal tersebut berpengaruh dalam perilaku responden dalam melakukan berbagai upaya pencegahan penyakit.

Didapatkan hasil p value $0,002 < 0,05$ yang artinya ada hubungan antara pengetahuan dengan kadar asam urat, menurut peneliti pengetahuan responden sebagian besar cukup, hal ini disebabkan karena semakin tingginya pengetahuan seseorang semakin tinggi pula pemahaman seseorang dari segala aspek terutama masalah kesehatan, hal ini disebabkan oleh keinginan seseorang untuk tetap hidup produktif dimasa tuanya dan untuk mewujudkan hal tersebut tentunya perlu fisik yang mendukung maka dari itu seseorang yang tingkat pengetahuannya tinggi akan cenderung lebih aktif dalam memelihara kesehatannya sehingga kadar asam urat seseorang normal. Pengetahuan merupakan hal yang mendasari perilaku seseorang, sehingga bila pengetahuan tinggi maka perilaku cenderung lebih baik dibandingkan bila pengetahuan tidak tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian yang didapat, peneliti berasumsi bahwa pengetahuan sangat erat kaitannya dengan asam urat, semakin tinggi pengetahuan seseorang semakin

tinggi pula pemahaman seseorang dari segala aspek terutama masalah kesehatan sehingga kadar asam urat seseorang normal, pengetahuan merupakan hal yang mendasari perilaku seseorang, sehingga bila pengetahuan tinggi maka pengetahuan terhadap penyakit asam urat pun tinggi dibandingkan bila pengetahuan kurang.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh (Anang Priyanto, 2022) secara statistik dengan hasil pengolahan data menggunakan uji *chi-square* menunjukkan bahwa hasil pengolahan data menggunakan uji *chi-square* menunjukkan bahwa nilai p value $0,019 (p < 0,05)$ yang artinya adanya hubungan antar pengetahuan masyarakat tentang asam urat dengan perilaku pencegahan asam urat. Peneliti menganalisis bahwa kemampuan mengenal dan memahami serta mengetahui hal-hal yang berhubungan dengan penyakit gout artritis mampu membuat masyarakat lebih memperhatikan kesehatannya. Masyarakat lebih meningkatkan pengetahuan khususnya tentang gout artritis sehingga baik secara langsung maupun tidak langsung akan meningkatkan motivasi seseorang untuk menerapkan pola hidup sehat, sehingga pengetahuan serta perilaku tentang gout artritis tidak ada lagi pada kehidupan seseorang. Institusi pelayanan kesehatan diharapkan membuat program-program baru seperti penyuluhan, dan pengobatan gratis, yang melibatkan kader posyandu, tenaga kesehatan serta dari dinas kesehatan terkait melalui pendidikan kesehatan yang berkesinambungan dengan melibatkan seluruh masyarakat dalam pengembangan pelayanan kesehatan (Anang Priyanto, 2022).

b. Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Di Desa Massungke Kecamatan Pasimasunggu Kabupaten Kepulauan Selayar

Berdasarkan table 4 menunjukkan bahwa dari 53 responden didapatkan pola makan terkontrol dengan kadar asam urat normal

sebanyak 24 orang, sementara responden dengan pola makan terkontrol dengan asam urat tidak normal sebanyak 11 responden. Pada responden dengan pola makan tidak terkontrol dengan kadar asam urat normal sebanyak 18 responden, sedangkan pola makan tidak terkontrol dengan asam urat tidak normal sebanyak 0 responden. Hal ini menunjukkan bahwa responden yang memiliki pola makan yang terkontrol belum tentu dapat menghindari makanan yang banyak mengandung zat purin, hal tersebut mempengaruhi kesehatan responden sehingga terkena penyakit asam urat.

Didapatkan hasil *p value* 0,010 <0,05 yang artinya ada hubungan antara pola makan dengan kadar asam urat. Menurut peneliti pola makan responden sebagian besar terkontrol, hal ini di karenakan responden sudah mengetahui bahwa makanan yang banyak mengandung zat purin harus dihindari atau tidak di konsumsi seperti, bebek, hati, kacang-kacangan, melinjo. Dengan pola makan yang teratur maka kadar asam urat bisa di katakan normal, selain itu pola makan yang teratur juga harus diikuti dengan aktifitas fisik yang baik seperti olahraga lari pagi agar kadar asam urat dalam darah tidak menumpuk dalam darah.

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, peneliti berasumsi bahwa pola makan sangat erat kaitannya dengan asam urat, dan resiko terjadinya asam urat akan bertambah apabila bila disertai dengan pola konsumsi makan yang tidak seimbang. Banyaknya makanan tinggi purin yang dikonsumsi akan memperbesar resiko terkena asam urat pada wanita maupun laki-laki lanjut yang sudah menurun daya imunitasnya akibat hormon estrogen yang tidak diproduksi lagi serta menurunnya daya metabolisme tubuh semakin memperbesar resiko terjadinya penyakit asam urat menurut teori asupan makanan yang baik dapat mengontrol kadar asam urat dalam darah. Ada banyak jenis makanan yang dapat menyebabkan kadar asam urat dalam darah menjadi tidak normal, seperti makanan yang

tinggi purin, makanan yang berprotein tinggi. Asupan gizi yang baik sangat diperlukan untuk membantu mengoptimalkan kesehatan dan mencegah terjadinya penyakit gout atau asam urat. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sandra et al., 2019). Dari hasil uji statistik rank spearman diperoleh angka signifikan atau nilai probabilitas (0,000) jauh lebih rendah standart signifikan dari 0,05 atau ($p < a$), maka data H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada hubungan pola makan dengan kadar asam urat pada pra lansia di RT:02/RW:02 Desa Candimulyo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang. Pola makan merupakan suatu cara dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan dengan maksud tertentu, dengan mengatur pola makan seseorang dapat membantu mempertahankan kesehatan.

KESIMPULAN

Ada hubungan antara pengetahuan dengan kadar asam urat di Desa Massungke Kecamatan Pasimasunggu dengan hasil *p value* 0,002 <0,05. Ada hubungan antara pola makan dengan kadar asam urat di Desa Massungke Kecamatan Pasimasunggu dengan hasil *p value* 0,010 < 0,05. Diharapkan kepada masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya pengetahuan gout arthritis dan mampu meningkatkan kepatuhan dalam pola makan dengan baik, mengurangi konsumsi tinggi purin pada makanan yang menyebabkan asam urat meningkat seperti mengurangi konsumsi makanan yang tinggi purin. Diharapkan bagi petugas kesehatan agar sekiranya dapat memberikan pendidikan bagi penderita gout arthritis tentang pola makan dan melakukan kunjungan ke rumah pasien penderita gout arthritis setiap sebulan sekali untuk mengontrol menu serta porsi makanan yang dikonsumsi pasien.

DAFTAR PUSTAKA

Afnuhazi, R. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Asam Urat

- pada Lansia (45–70 Tahun). *Human Care Journal*.
- Amelia, R. (2021). Hubungan Pola Makan Dan Tingkat Pengetahuan Kadar Asam Urat Dalam Darah Pada Lansia di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang.
- Anang Priyanto. (2022). Hubungan Antara Pengetahuan Dan Pola Makan Dengan Penyakit Gout Arthritis Pada Lansia. (Issue 8.5.2017).
- Benítez-Arciniega, A. A., Mendez, M. A., Baena-Díez, J. M., Rovira Martori, M. A., Soler, C., Marrugat, J., Covas, M. I., Sanz, H., Llopis, A., & Schröder, H. (2011). Concurrent and construct validity of Mediterranean diet scores as assessed by an FFQ. *Public Health Nutrition*, 14(11), 2015–2021.
<https://doi.org/10.1017/S1368980011001212>
- Change, G., Cimino, M., York, N., Alifah, U., Mayssara A. Abo Hassanin Supervised, A., Chinatown, Y., Staff, C., & Change, G. (2021). Gambaran Pola Makan Lansia Penderita Asam Urat. *Paper Knowledge. Toward a Media History of Documents*, 3(2), 6.
- Dominikus. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Grafindo.
- Duli, N. (2019). *Metodologi Penelitian Quantitative: Beberapa Konsep Dasar untuk Penulisan Skripsi & Analisis Data dengan SPSS*. Yogyakarta: Deepublish.
- Dungga, E. F. (2022). Pola Makan dan Hubungannya Terhadap Kadar Asam Urat. *Jambura Nursing Journal*, 4(1), 7–15.
<https://doi.org/10.37311/jnj.v4i1.13462>
- Fitriani, R., Azzahri, L. M., Nurman, M., & Hamidi, M. N. S. (2021). Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat (Gout Arthritis) Pada Usia Dewasa 35-49 Tahun. 5(23), 20–27.
- Ingga Ertya Rochib. (2016). Relation Of Knowledge Level About Uric Acid with Relapse Uric Acid to The Patient That Have Uric Acid in Sugihharas Village Bojonegoro District. 1(2), 110–122.
- Izzaty, R. E., Astuti, B., & Cholimah, N. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Masyarakat di Kota Bandar Lampung. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 5(3), 5–24.
- Marlinda, R. (2021). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Salam terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pasien Gout Arthritis. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*.
- Maulana, G. W., & Bawono, M. N. (2021). Peningkatan Imunitas Tubuh Lansia Melalui Olahraga Pada Saat Pandemi COVID-19. *Keolahragaan, S Ilmu Olahraga, Fakultas Ilmu Surabaya, Universitas Negeri Keolahragaan, S Ilmu Olahraga, Fakultas Ilmu Surabaya, Universitas Negeri*, 09(03), 211–220.
- Nafiah, N. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan, Status Gizi Dan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Darah Pada Perempuan Lansia Awal (45 – 59 Tahun) Di Desa Kedungmutih Kabupaten Demak.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Rineka Cipta.
- Persatuan Ahli Gizi Indonesia. (2019). *Penuntun Diet dan Terapi Gizi*. Edisi Ke-4. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Risikesdas. (2018a). *Laporan_Nasional_RKD201 8*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan.
- Risikesdas. (2018b). *Sulawesi, Laporan Provinsi*.
- Sandra, D., Argueta, E., Wachter, N. H., Silva, M., Valdez, L., Cruz, M., Gómez-Díaz, R. A., Casas-saavedra, L. P., De Orientación, R., Salud México, S. de, Virtual, D., Social, I. M. del S., Mediavilla, J., Fernández, M., Nocito, A., Moreno, A., Barrera, F., Simarro, F., Jiménez, S., ... Faizi, M. F. (2016).. *Revista CENIC. Ciencias Biológicas*, 152(3), 28.

file:///Users/andreataquez/Downloads/guia-plan-de-mejora-institucional.pdf%0Ahttp://salud.tabasco.gob.mx/content/revista%0Ahttp://www.revistaalad.com/pdfs/Guias_ALAD_11_No_v_2013.pdf%0Ahttp://dx.doi.org/10.15446/revfacmed.v66n3.60060.%0Ahttp://www.cenetec.

- Sapti, M. (2019). Gambaran Kadar Asam Urat pada Lansia. Kemampuan Koneksi Matematis (Tinjauan terhadap Pendekatan Pembelajaran Savi).
- Senocak. (2019). Konsep Gout Arthritis, Bandung: Pustaka Ray.
- Sugiyono. (2017). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif R & D. Alfabeta.
- Syarifuddin, Taiyeb, & C. (2019). Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kadar Asam Urat Dalam Darah Pada Penderita Asam Urat (Gout) di Wilayah Kerja Puskesmas Sabbangparu Kabupaten Wajo Relationship of Diet and Physical Activity with Blood Uric Acid Levels in Gout Patients in t.
- Yulianingsih, S., Wahyani, A. D., & Rahmawati, Y. D. (2022). Hubungan antara Pengetahuan Gizi, Asupan Purin, dan Status Gizi terhadap Kejadian Gout Arthritis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 14662–14668. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/4746>

Lampiran:

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden di Desa Massungke Kecamatan Pasimasunggu Kabupaten Kepulauan Selayar

Variabel	Frekuensi (jumlah)	Presentase (%)
Umur		
35-39	21	39,6%
40-50	32	60,4%
Jenis kelamin		
Laki – laki	20	37,7%
Perempuan	33	62,3 %
Pendidikan		
SD	15	28,3%
SMP	24	45,5%
SMA	14	26,5%
Pekerjaan		
Bekerja	19	35,8%
Tidak bekerja	34	64,2%
Lama menderita		
1-2 tahun	23	43,4%
3-4 tahun	30	56,6%
Sumber informasi		
Petugas kesehatan	32	60,4%
Internet	21	39,6%

Tabel 2. Deskripsi Tingkat Pengetahuan, Pola Makan Dan Asam Urat Di Desa Massungke Kecamatan Pasimasunggu Kabupaten Kepulauan Selayar

Variabel	Frekuensi (jumlah)	Presentase (%)
Pengetahuan		
Cukup	32	83,0%
Kurang	21	17,0 %
Pola makan		
Terkontrol	35	66,0%
Tidak Terkontrol	18	34,0%
Asam urat		
Normal	42	79,2%
Tidak normal	11	20,8%

Tabel 3. Hubungan Pengetahuan dan Pola Makan Dengan Penyakit Asam Urat di Desa Massungke Kecamatan Pasimasunggu Kabupaten Kepulauan Selayar

Pengetahuan	Asam Urat				Total	P
	Normal		Tidak Normal			
	n	%	n	%	n	
Cukup	21	65,6	11	34,4	32	0,002
Kurang	21	100,0	0	0,0	21	
	42	79,2	11	20,8	53	100

Tabel 4. Hubungan Pola Makan Pada Asam Urat di Desa Massungke Kecamatan Pasimasunggu Kabupaten Kepulauan Selayar

Pola makan	Asam Urat					Total	P
	Normal		Tidak Normal				
	n	%	n	%	n		
Terkontrol	24	68,6	11	31,4	35	100	0,010
Tidak Terkontrol	18	100,0	0	0,0	18	100	
	42	79,2	11	20,8	53	100	