

## HUBUNGAN POLA MAKAN TINGGI PURIN TERHADAP PENYAKIT ASAM URAT DI DESA MUNTE KECAMATAN LIKUPANG BARAT

Sindriani Rauhe<sup>1</sup>, Vera Tombokan<sup>2</sup>, Marnex Berhimpong<sup>3</sup>

<sup>1, 2, 3</sup>) Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat,

Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Manado

<sup>\*)</sup> e-mail korespondensi: [sindrianirauhe38@gmail.com](mailto:sindrianirauhe38@gmail.com)

Diterima : 13- 07-2021

Direvisi : 08-08-2021

Disetujui : 30-11-2021

### **Abstrak**

*Asam urat merupakan suatu kondisi yang seringkali menyebabkan gejala berupa nyeri yang tak tertahankan, pembengkakan, bahkan adanya rasa panas di area persendian. Sehingga Semua sendi yang di tubuh manusia dapat berisiko terkena penyakit asam urat, namun biasanya sendi yang sering terserang adalah lutut, jari tangan, pergelangan kaki, bahkan jari kaki. Salah satu faktor yang menyebabkan seseorang berisiko terserang penyakit asam urat adalah pola makan jumlah/porsi makan makanan tinggi purin berdasarkan puskesmas yang ada di Desa Mubune Kecamatan Likupang Barat didapatkan hasil bahwa prevalensi yang menderita asam urat ditahun 2017 sebanyak 50 orang, ditahun 2018 terjadi peningkatan menjadi 61 orang, dan pada tahun 2019 untuk data penyakit asam urat menjadi 65 orang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan tinggi purin terhadap penyakit asam urat di Desa Munte Kecamatan Likupang Barat. Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan analitik cross sectional. Penelitian ini di lakukan di Kelurahan Desa Mute Kecamatan Likupang Barat. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Desember 2020 Dengan 69 responden yang di ambil menggunakan teknik total sampling. Data di kumpulkan menggunakan kuesioner, kemudian di analisis secara univariat dan Bivariat dengan menggunakan uji Chi Square. Hasil uji Chi Square di dapatkan hubungan antar pola makan tinggi purin terhadap penyakit asam urat di Desa Munte Kecamatan Likupang Barat dengan nilai ( $p = 0.000$ ) yaitu Terdapat Hubungan yang bermakna antara pola makan tinggi purin terhadap penyakit asam urat di Desa Munte Kecamatan Likupang Barat.*

**Kata Kunci : Asam Urat , Pola Makan Tinggi Purin , Desa Munte**

### **Abstract**

*Gout is a condition that often causes symptoms in the form of unbearable pain, swelling, and even a burning sensation in the joint area. So that all joints in the human body can be at risk of developing gout, but usually the joints that are often attacked are the knees, hands, ankles, and even toes. One of the factors that causes a person to be at risk of developing gout is the eating pattern of the amount/portion of eating high-purine foods based on the puskesmas in Mubune Village, Likupang Barat District, the results show that the prevalence of gout sufferers in 2017 was 50 people, in 2018 there was an increase to 61 people, and in 2019 data for gout became 65 people. This study aims to determine the relationship between a high-purine diet and gout in Munte Village, West Likupang District. The method used in this research is quantitative research with a cross sectional analytic approach. This research was conducted in Mute Village, West Likupang District. When the research was carried out in December 2020. With 69 respondents who were taken using a total sampling technique. Data were collected using a questionnaire, then analyzed univariate and bivariate using Chi Square test. The results of the Chi Square test found a relationship between a high-purine diet and gout in Munte Village, West Likupang District with a value ( $p = 0.000$ ), namely there was a significant relationship between a high-purine diet and gout in Munte Village, West Likupang District.*

**Keywords: Uric Acid, High Purine Diet, Munte Village**

## PENDAHULUAN

Asam urat merupakan suatu kondisi yang seringkali menyebabkan gejala berupa nyeri yang tak tertahankan, pembengkakan, bahkan adanya rasa panas di area persendian. Sehingga Semua sendi yang di tubuh manusia dapat berisiko terkena penyakit asam urat, namun biasanya sendi yang sering terserang adalah lutut, jari tangan, pergelangan kaki, bahkan jari kaki (Alawuddin, 2011).

Menurut (WHO) tahun 2017 menjelaskan bahwa sejak enam tahun lalu ada beberapa ratus juta orang mengalami penyakit asam urat, dan menurut WHO angka tersebut diperkirakan dapat terjadi peningkatan pada tahun 2012. WHO menyatakan untuk penderita asam urat pada tahun 2004 mencapai 230 juta orang .

Peningkatan asam urat di dunia sangat bervariasi sehingga penelitian epidemiologi menunjukkan adanya peningkatan kejadian asam urat, terutama untuk negara-negara yang dikategorikan negara maju, karena di negara maju kebanyakan mengonsumsi makanan yang tidak sehat, seperti makanan berlemak dan mengandung kadar purin yang sangat tinggi (Achmad, 2016)

Asam urat sudah ada dan bahkan sudah dikenal sejak 2000 tahun yang lalu dan merupakan salah satu penyakit tertua yang dikenal manusia. Berdasarkan data asam urat di dunia mengalami peningkatan sebanyak 47.150 jiwa orang dan terus meningkat pada tahun 2015. Sehingga Jumlah penderita asam urat bertambah banyak dari tahun 2016 dan menyerang pada usia pertengahan 40-59 tahun (WHO, 2016).

Di tingkat nasional jumlah penyakit sendi sebanyak 30,3% (berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan dan gejala). 11 di provinsi Indonesia mengalami peningkatan jumlah penyakit sendi di atas persentase nasional,

khususnya Nanggroe Aceh Darussalam, Sumatera Barat, Bengkulu, Jawa Barat, Jawa, Jawa Timur, Bali, Nusa Tenggara Barat, Nusa Tenggara Timur, Kalimantan Selatan dan Papua Barat. Prevalensi penyakit asam urat berdasarkan analisis oleh tenaga kesehatan di Indonesia adalah 11,9% dan berdasarkan temuan atau efek samping 24,7% jika dilihat dari kualitas usia, prevalensi paling tinggi adalah pada usia 75 tahun (54,8%) . Ada juga lebih banyak wanita (27,5%) daripada pria (21,8%) (Risksdas 2018)

Data dari provinsi Sulawesi utara, menunjukkan kecenderungan prevalensi penyakit sendi/otot sebanyak (24,7%) lebih rendah dibanding tahun 2017 sebanyak (30,3%). Kecenderungan penurunan prevalensi diasumsikan kemungkinan perilaku penduduk yang sudah lebih baik, seperti berolahraga dan mengatur pola makan terkait makanan tinggi zat purin (Risksdas 2018).

Menurut Survei awal yang dilakukan peneliti di puskesmas yang ada di Desa Munte Kecamatan Likupang Barat didapatkan hasil bahwa prevalensi yang menderita asam urat ditahun 2017 sebanyak 50 orang, ditahun 2018 terjadi peningkatan menjadi 61 orang, dan pada tahun 2019 untuk data penyakit asam urat menjadi 65 orang. Di setiap tahunnya kejadian penyakit asam urat terus meningkat dari tahun ke tahun, menurut wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada ahli epidemiologi di puskesmas tersebut, faktor penyebab terjadinya kenaikan kejadian penyakit ini dikarenakan oleh pola kehidupan masyarakat yang tinggal di kecamatan likupang barat. Karena letak geografis daerah likupang barat dekat dengan pantai makanya sangat susah untuk menghindari makanan dengan rendah purin, masyarakat sudah terbiasa dengan mengonsumsi

makanan dengan tinggi purin, Dan masih kurangnya kesadaran masyarakat daerah tersebut akan pentingnya menjaga konsumsi tinggi purin untuk mencegah penyakit asam urat.

Melihat banyaknya masalah dan pentingnya untuk memperhatikan konsumsi tinggi purin maka peneliti terdorong untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan pola makan tinggi purin terhadap penyakit asam urat di Desa Munte Kecamatan Likupang Barat”

**METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan analitik cross sectional. Penelitian ini di lakukan di Kelurahan Desa Mute Kecamatan Likupang Barat. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Desember 2020 Dengan melibatkan 69 responden yang di ambil menggunakan teknik total sampling. Data di kumpulkan meggunakan kuesioner, kemudian di analisis secara univariat dan bivariate.

**HASIL PENELITIAN**

**Analisis Univariat**

Tabel.1 Distribusi Responden Berdasarkan Umur

Usia Responden	Frekuensi	Persentase %
35-45	11	15.9%
46-50	21	30.4%
51-55	30	43.5%
56-60	7	10.1%
Total	69	100%

Berdasarkan tabel 1. dijelaskan bahwa umur sebagian besar 51-55 yaitu 30 responden (43.5%) dan responden yang umur paling sedikit 56-60 tahun yaitu 7 responden (10.1%).

Tabel 2. Distribusi Responden Menurut Jenis Kelamin

Jenis kelamin	Frekuensi	Persentase %
Perempuan	43	62.3%
Laki-laki	26	37.7%
Total	69	100%

Berdasarkan tabel 2. dijelaskan bahwa responden yang paling banyak yaitu perempuan 43 responden (62.3%) dan yang sedikit yaitu laki-laki 26 responden (37.7%) responden (37.7%).

Tabel 3 Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir

Pendidikan	Frekuensi	Persentase %
SD	12	17.4%
SMP	29	42.0%
SMA	19	27.5%
Diploma III/S1	9	13.0%
Total	69	100%

Berdasarkan tabel 3 dijelaskan bahwa responden yang yang paling banyak yaitu berpendidikan SMP 29 responden (42.0%) dan yang paling sedikit berpendidikan Diploma III / S1 9 responden (13.0 %).

Tabel.4 Distribusi Responden Berdasarkan Status Pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase %
Wiraswasta	17	24.6%
Petani	17	24.6%
PNS	8	11.6%
Pegawai Swasta	3	4.3%
IRT	24	34.8%
Total	69	100%

Berdasarkan tabel 4. dijelaskan bahwa responden yang paling banyak yaitu dengan status pekerjaan IRT 24 responden (34.8%) dan yang paling sedikit dengan status pekerjaan pegawai Swasta 3 responden (4.3%).

Tabel 5. Distribusi Responden Berdasarkan Riwayat Pola Makan

Pola makan	N	%
<b>Tinggi Purin</b>		
1. Apakah anda suka tempe ?		
3-6x per minggu	50	75.5%
>6x per bulan	19	27.5%
2. sesering apa anda memakan buncis ?		
Lebihdari 1x per hari	43	62.3%
3-6x per minggu	26	49.3%
>6x per bulan	–	–
3. sesering apa anda memakan kangkung	35	50.7%
Lebihdari 1x per hari	34	49.3%
3 – 6x per minggu		
>6x per bulan	–	–
4. Sesering apa anda memakan kembang kol?		
Lebihdari 1x per hari	23	33.35%
3-6x per minggu	10	14.5%
>6xper bulan	36	52.2%
5. Sesering apa anda mamakan kacang-kacangan?		
Lebihdari 1x per hari	33	47.8%
3-6x per minggu	25	36.2%
>6xper bulan	11	15.9%

6. Sesering apa anda memakan jereoan?				
Lebihdari 1x per hari	32	46.4%		
3-6x per minggu	27	39.1%		
>6xper bulan	10	14.5%		
7. Sesering apa anda memakan seafood?				
Lebihdari 1x per hari	24	34.85		
3-6x per minggu	26	37.7%		
>6xper bulan	19	27.5%		
<b>ASAM URAT</b>				
			<b>N</b>	<b>%</b>
1	Apakah anda sering mengalami nyeri bagian pergelangan kaki, siku, dan tangan?	1. Tidak	18	26.1%
		2. Ya	51	73.9%
2	Apakah jantung anda sering berdebar secara tidak normal?	1. Tidak	21	30.4%
		2. Ya	48	69.6%
3	Apakah anda sering mengalami demam pada malam hari?	1. Tidak	56	81.2%
		2. Ya	13	18.8%
4	Apakah sering merasakan nyeri pada malam hari atau siang hari	1. Tidak	56	81.2%
		2. Ya	13	18.8%
5	Apakah dalam satu bulan terakhir ini nafsu makan anda menurun?	1. Tidak	27	39.1%
		2. Ya	42	60.9%
6	Apakah anda pergi berobat ke RS atau puskesmas?	1. Tidak	18	26.1%
		2. Ya	51	73.9%
7	Apakah anda berobat secara rutin?	1. Tidak	40	58.0%
		2. Ya	29	42.0%

8	Apakah anda minum obat secara teratur?	1. Tidak	30	43.5%
		2. Ya	39	56.5%
9	Pernakah anda berhenti mengkonsumsi obat?	1. Tidak	18	26.1%
		2. Ya	51	73.9%
10	Pernakah anda lupa untuk minum obat?	1. Tidak	30	43.5%
		2. Ya	39	56.5%

Tabel 6 . Distribusi responden Berdasarkan Riwayat Penyakit Gout Arthritis

Kategori	Frekuesni	Persentase%
Tinggi	57	83.60%
Terkontrol	12	17.39%
Total	69	100%

Berdasarkan tabel 6. dijelaskan bahwa Responden yang mempunyai kategori terkontrol yaitu 17.39% sebanyak 12 responden sedangkan yang tidak memiliki kategori tinggi dalam Asam Urat yaitu 83.60% sebanyak 57 responden.

Tabel 7 . Distribusi responden Berdasarkan Pola Makan Tinggi Purin

Kategori	Frekuesni	Persentase%
Sering	41	59.42%
Jarang	28	40.58%
Total	69	100%

Berdasarkan tabel 7. dijelaskan bahwa Responden yang sering makan makanan tinggi purin yaitu 59.42% sebanyak 41 responden sedangkan yang jarang makan makanan tinggi purin yaitu 40.58 % sebanyak 28 responden.

#### Analisis Bivariat

Berdasarkan hasil analisis Bivariat menggunakan *Chi Square* dengan menggunakan alat bantu aplikasi SPSS 16 di peroleh data sebagai mana di sajikan pada tabel 10-12 sebagai berikut :

Tabel 8. Hasil Uji *Chi-Square* Hubungan pola makan tinggi purin terhadap penyakit asam urat di Desa Munte Kecamatan Likupang Barat.

Kebiasaan makan tinggi purin	Kadar asam urat				Nilai P	
	Tinggi		Terkontrol			
	n	%	n	%	n	%
Sering	41	59,42	12	17,39	53	100
Jarang	28	40,58	57	83,60	85	100
Total	69	100	69	100	69	100

Berdasarkan tabel 11. Hasil uji *Chi-Square* dapat dilihat bahwa nilai  $X^2$  sebesar 21.271 dan nilai  $p=0.000$  dengan taraf signifikan ( $\alpha$ ) 0.050  $p$  value  $< 0.05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima berarti terdapat Hubungan pola makan tinggi purin terhadap penyakit asam urat di Desa Munte Kecamatan Likupang Barat.

#### PEMBAHASAN

Asam urat adalah akibat dari peningkatan kadar asam urat dari penumpukan kristal monosodium urat. Asam urat adalah masalah peradangan sendi gout. Asam urat merupakan indikasi kejengkelan sendi karena pengumpulan (Utami, et al. 2015)

Berdasarkan analisis karakteristik di tinjau dari segi umur responden yang mengalami penyakit Asam Urat yaitu usia 51-60 dan ditinjau dari jenis kelamin responden yaitu perempuan, di mana umur dan jenis kelamin inilah sangat umum rentan dengan penyakit Asam Urat karena perempuan menopause lebih beresiko terkena Asam Urat karena terjadi penurunan hormone estrogen.

Kadar asam urat juga dapat dipengaruhi oleh usia responden, dalam penelitian ini usia responden menunjukkan bahwa sebagian besar di desa munte Kecamatan Likupang Barat berusia 51-60 tahun memiliki kadar asam urat dengan

kategori tinggi. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian Putri, A. K. (2019) yang menemukan bahwa responden yang berumur >40 tahun lebih banyak yang memiliki kadar asam urat darah yang tinggi.

Hasil presentase penelitian ini di Desa Munte Kecamatan Likupang Barat menunjukkan kebiasaan masyarakat sering makan makanan tinggi purin sebanyak 41 responden (59.42%). Hipotesis tersebut didukung oleh penelitian yang telah dilakukan oleh (Rina et al 2019) yang menyatakan bahwa kebiasaan mengonsumsi makanan sumber purin tinggi dapat meningkatkan kadar korosif urat dalam darah.

Hasil penelitian ini juga didapatkan dari 69 responden terdapat bahwa 12 responden (17.39%) memiliki kadar asam urat terkontrol dikarenakan kebiasaan makan tinggi purin yang jarang. Ini dibuktikan dari beberapa wawancara dari responden yang mengatakan bahwa jarang sumber makanan yang mengandung purin tinggi seperti jeroan, ikan dan kacang-kacangan.

Hasil uji Chi Square di dapatkan adanya hubungan bermakna antara pola makan tinggi purin terhadap penyakit asam urat di Desa Munte Kecamatan Likupang Barat dengan nilai  $X^2$  sebesar 21.271 dan nilai ( $p = 0.000$ ). Penelitian tersebut sejalan dengan hasil penelitian oleh Titin Wijayanti 2017 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara jenis makan dengan penyakit *Gout*. Semakin sering seseorang mengonsumsi jenis makanan yang mengandung purin tinggi, maka semakin tinggi pula kadar asam urat dalam darah yang dapat menyebabkan penyakit asam urat.

Dapat dilihat bahwa di Desa Munte Kecamatan Likupang Barat bahwa dari 69

responden ada 57 responden yang mempunyai riwayat penyakit Asam Urat diketahui bahwa paling banyak responden makan sayur yang berkacang-kacangan, tempe, kangung, kembang kol dan suka makan jeroan.

Pola makan yang buruk atau tidak terduga, seperti makanan murah yang dibakar, terutama jenis makanan yang melahap yang mengandung purin tinggi secara berlebihan dapat mempengaruhi kadar asam urat dalam darah. Hal ini didukung dalam buku yang disusun oleh (Anies, 2018) dimana pola makan yang buruk dapat mempengaruhi kadar asam urat dalam darah. Sependapat, Wijayanti dan imran (2015) mengatakan bahwa diet adalah salah satu penyebab radang sendi asam urat.

## KESIMPULAN

Berdasarkan Hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa Hasil uji *Chi Square* di dapatkan hubungan antar pola makan tinggi purin terhadap penyakit asam urat di Desa Munte Kecamatan Likupang Barat dengan nilai ( $p = 0.000$ ) yaitu Terdapat Hubungan yang bermakna antara pola makan tinggi purin terhadap penyakit asam urat di Desa Munte Kecamatan Likupang Barat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Achmad, N. 2016. *Cara Mencegah dan Mengobati Asam Urat dan Hipertensi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Alawuddin, (2011). Karya Tulis Ilmiah Gambaran Pola Makan Pasien asam Urat
- Anies.(2018). *Penyakit Degeneratif: Mencegah & Mengatasi Penyakit Degeneratif dengan Perilaku & Gaya Hidup Modern yang Sehat*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Imran Tumenggung 2015. *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gout*

- Arthritis Di RSUD Toto Kabila.*  
Journal Vol 1. Bone Bolango
- Putri, M. A. K. (2019). *Hubungan Asupan Purin Dengan Kadar Asam Urat Pada Masyarakat Usia 30-50 Tahun Di Padukuhan Bedog Trihanggo Gamping Sleman Yogyakarta* (Doctoral dissertation, Universitas' Aisyiyah Yogyakarta).
- Rina dkk, 2019.” *Kebiasaan Makan Tinggi Purin Dengan Kadar Asam Urat Di Puskesmas*”. Vol. 7 Nomor 2.
- Riskesdas, (2018). *Riset Kesehatan Dasar.* Jakarta (ID): Balitbang Kemenkes RI
- Utami, R. 2015. Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan tentang Diet Rendah Purin dan Asupan Purin pada Wanita Usia di atas 45 Tahun di Puskesmas Kampung Bali Pontianak. *Jurnal Cerebellum* (Vol. 1, No. 4): Universitas Tanjungpura Pontianak. [https://media.neliti.com/media/publications/194288-ID-hubungan-antara-tingkatpengetahuan tent.pdf](https://media.neliti.com/media/publications/194288-ID-hubungan-antara-tingkatpengetahuan-tent.pdf) diakses tanggal 26 Juni 2018.
- World Health Organization (WHO),(2017). *Methods and Data Sources Global Burden of Disease Estiamates 2000-2015*
- World Health Organization (WHO), 2016. *Global Uric Acid. 2016.* Switzerland. 2016
- Wijayanti, T., & Untari, I. (2017). Hubungan Antara Pola Makan Dengan Penyakit Gout. URECOL