PROMOTOR : Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat
Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Indonesia
Vol. 6, No. 2, Desember 2022, pp. 263~266
ISSN: 2654-8127, DOI: 10.32832/pro
http://ejournal.uika-bogor.ac.id/index.php/PROMOTOR

PAG

HUBUNGAN KEPATUHAN DIET RENDAH PURIN DENGAN KEJADIAN *GOUT ARTHRITIS* PADA LANSIA DIDESA TINELO WILAYAH KERJA PUSKESMAS TELAGA BIRU

Hamna Vonny Lasanuddin[1], Haslinda Damansyah, Pujiati[3,]
Department of Nursing, Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Indonesia

Article Info

Article history:

Received month dd, yyyy
Revised month dd, yyyy
Accepted month dd, yyyy

Kata Kunci:

Diet rendah purin
Gout arthritits

ABSTRAK

PUJIATI. Hubungan Kepatuhan Diet Rendah Purin Dengan Kejadian *Gout Arthritis* Pada Lansia Di Desa Tinelo Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Biru. Dibimbing oleh HAMNA VONNY LASANUDDIN sebagai ketua dan HASLINDA DAMANSYAH sebagai anggota.

Latar Belakang : Penyakit *gout arthritis* terjadi akibat adanya pemicu, seperti: makanan maupun senyawa lainnya yang mengandung purin yang berlebihan. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar daerah Provinsi Gorontalo menyatakan bahwa jumlah keseluruhan penyakit sendi di Gorontalo berada pada peringkat ke-16 dari 34 Provinsi dan berdasarkan diagnosa untuk usia 45-54 tahun mencapai 11,1%, usia 55-64 tahun mencapai 15,5%, dan usia 65-74 tahun mencapai 18,6% dengan jumlah keseluruhan total terbanyak yakni didominasi oleh wanita 8,5% dibanding pria 6,1%.

Tujuan : Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan kepatuhan diet rendah purin dengan kejadian *gout arthritis* pada lansia di Desa Tinelo.

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian *analitik observasional* dengan pendekatan *cross sectional,* dengan menggunakan alat ukur kuisioner dan kemudian analisis statistiknya menggunakan uji *chi-square* dengan tingkat kemaknaan α=0,05. Populasi dalam penelitian ini ialah seluruh lansia penderita *gout arthritis* di Desa Tinelo dengan jumlah 70 orang. Penelitian ini menggunakan teknik sampling *Purposive sampling* dengan total sampel dalam penelitian ini adalah 42 orang.

Hasil : Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara diet rendah purin dengan kejadian *gout arthritis* pada lansia di Desa Tinelo Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Biru dengan nilai ρ=0,001 lebih kecil dari nilai α=0,05.

Kesimpulan : Ada hubungan yang signifikan antara diet rendah purin dengan kejadian *gout arthritis* pada lansia di Desa Tinelo Wilayah Kerja Puskemas Telaga Biru

This is an open access article under the CC BY-SA license.

Corresponding Author:

Hamna, Haslinda, Puji
Universitas Muhammadiyah Gorontalo

PENDAHULUAN

Penyakit *gout arthritis* terjadi akibat adanya pemicu, seperti makanan maupun senyawa lainnya yang mengandung purin yang berlebihan. Secara garis besar purin didapatkan dari makanan, pola makan mengandung purin secara berlebihan merupakan salah satu penyebab utama seseorang mengalami *gout arthritis*. Sesungguhnya didalam tubuh manusia telah menyediakan 85% senyawa purin untuk kebutuhan setiap harinya, hal ini berarti bahwa kebutuhan purin yang dibutuhkan dari makanan hanya ada sekitar 15% (Dungga, 2022)

Berdasarkan data WHO *(World Health Organization)* di Amerika Serikat didapatkan pada orang dewasa penyakit *gout* mengalami peningkatan serta mempengaruhi lebih dari 8,3 juta atau setara dengan 4% dari penduduk amerika (Ahmad Sabrawi, 2022). Di Indonesia kejadian penyakit *gout arthritis* pada usia 55-64 tahun mencapai 45%, dan pada usia 65-74 tahun mencapai 51,9%, serta usia >75 tahun mencapai 54,8%. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar daerah Provinsi Gorontalo menyatakan bahwa jumlah keseluruhan penyakit sendi di Gorontalo berada pada peringkat ke-16 dari 34 Provinsi dan berdasarkan diagnosa untuk usia 45-54 tahun mencapai 11,1%, usia 55-64 tahun mencapai 15,5%, dan usia 65-74 tahun mencapai 18,6% dengan jumlah keseluruhan total terbanyak yakni didominasi oleh wanita 8,5% dibanding pria 6,1%. (Dungga, 2022)

Salah satu faktor penyebab utama dari tingginya kadar asam urat yaitu mengkonsumsi purin yang tinggi. Hal ini masih kurang disadari oleh masyarakat gorontalo tentang konsumsi purin secara berlebihan bisa meningkatkan kadar asam urat. Purin bisa kita temui pada segala jenis makanan, makanan dari tanaman seperti sayur-sayuran, buah-buahan, dan kacang-kacangan. Purin dari hewan seperti daging, jeroan, ikan sarden dan lain sebagainya. Dengan demikian penderita *Gout Artritis* wajib mengatur dietnya yang terkait dengan purin (diet rendah purin) (Dungga, 2022).

Penanganan penyakit gout, sangat dianjurkan untuk menghindari sumber makanan yang mengandung tinggi purin serta mengatur pola makan yang sehat, memperhatikan keseimbangan dari nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh, dengan porsi yang tepat, tidak berlebihan dan yang bersumber dari bahan alami. Jika penyakit *gout* dibiarkan dan tidak segera diberikan penganan secara dini maka akan mengakibatkan kerusakan sendi bahkan komplikasi penyakit lain salah satunya penyakit pada ginjal (Milleni Udinsiah, 2021)

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Soraya, 2020) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara asupan purin dengan kadar asam urat pada lansia, hal tersebut dapat dilihat dari besarnya tingkat konsumsi purin pada lansia dengan koinsumsi purin tinggi sebesar 211,14mg/hari dan konsumsi purin terendah sebesar 136,52mg/hari, dengan rata-rata tingkat konsumsi purin pada lansia sebesar 167,06mg/hari. Dan sebagian besar kadar asam urat lansia termasuk dalam kategori tinggi 10,5mg/dl, kategori terendah 4,0mg/dl dengan rata-rata 6,4mg/dl. Adapun hasil penelitian (Dungga, 2022) mengatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan terhadap kadar asam urat di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Gorontalo. Sehingga diharapkan agar menjaga pola makan yang sehat serta rutin memeriksakan diri di pusat pelayanan kesehatan terdekat.

Hasil wawancara awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 06 Juni 2023 di Puskesmas Telaga Biru khususnya di desa Tinelo didapatkan data lansia sebanyak 225 lansia, dengan jumlah lansia pria 143 orang, dan 112 orang lansia perempuan. Data posyandu lansia di Desa Tinelo pada bulan April 2023 lansia yang telah melakukan pemeriksaan kadar asam urat didapatkan 62 lansia yang memiliki kadar asam urat di atas normal, dan sisanya 163 lansia memiliki kadar asam urat normal. Sedangkan data posyandu lansia yang dilakukan pada bulan Mei 2023 lansia penderita *gout arthritis* mengalami peningkatan, dimana terdapat 70 lansia yang memiliki kadar asam urat di atas normal, dan sisanya 155 memiliki kadar asam urat normal. Hal ini terjadi karena masih banyak lansia mengkonsumsi makanan yang tinggi purin, seperti sayur kangkung, tempe, dan ikan putih (teri).

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode *cross sectional*. Variabel Penelitian ini dilaksanakan di Desa Tinelo Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Biru Kabupaten Gorontalo. Waktu

penelitian dilaksanakan mulai pada bulan Juli pada tanggal 15-28 Juli 2023. Desain penelitian ini merupakan penelitian *analitik observasional* dengan pendekatan *cross sectional.* Teknik *sampling* dalam penelitian ini adalah *Non Probability Sampling* dengan jenis *Purposive sampling.* Sampel dari penelitian ini adalah seluruh lansia penderita *gout arthritis* yang berada di Desa Tinelo Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Biru yang memiliki karakteristik sesuai dengan yang dikehendaki peneliti yang berjumlah 42 orang. Teknik pengumpulan data yang dilakukan yakni dengan menggunakan kuisioner dan metode pengukuran kadar asam urat.

HASIL

Tabel 1. Hasil Analisa Univariat berdasarkan Diet rendah purin.

No.	Diet Rendah Purin	f	%
1	Tidak Patuh	26	61,9
2	Patuh	16	38,1
	Total	**42**	**100**

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 4.1 di atas menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden tidak patuh terhadap diet rendah purin dan masih mengkonsumsi makanan tinggi purin yaitu sebanyak 26 responden (61,9%) dan responden yang patuh dan mengkonsumsi makanan rendah purin sebanyak 16 responden (38,1%).

Tabel 2. Hasil Univariat berdasarkan kejadian *gout*

No.	Kadar Asam Urat	f	%
1	*Gout*	22	52,4
2	Tidak *gout*	20	47,6
	Total	**42**	**100**

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 4.2 di atas menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden mengalami *gout* atau memiliki kadar asam urat yang tinggi yaitu sebanyak 22 responden (52,4%) dan responden yang tidak *gout* atau memiliki kadar asam urat normal sebanyak 20 responden (47,6%).

Tabel 3. Hasil Uji statistik Hubungan Kepatuhan diet purin dengan kejadian *gout arthritis* pada lansia.

Kepatuhan Diet Rendah Purin	**Kejadian *gout arthritis***						***p-value***
	Gout		**Tidak *gout***		**Total**		
	F	**%**	**f**	**%**	**F**	**%**	
Tidak Patuh	19	73,1%	7	26,9%	26	100%	0,001
Patuh	3	18,8%	13	81,2%	16	100%	
Total	**22**	**52,4%**	**20**	**47,6%**	**42**	**100%**	

Sumber: Data Primer 2023

Nilai hasil uji *chi-square* didapatkan p-*Value* 0,001 (< 0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat Hubungan Antara Kepatuhan Diet Rendah Purin Dengan Kejadian *Gour Arthritis* Pada Lansia Di Desa Tinelo Wilayah Kerja Puskemas Telaga Biru.

PEMBAHASAN

Hubungan kepatuhan diet purin dengan kejadian *gout arthritis* pada lansia

Hasil penelitian yang pada 42 responden ini didapatkan bahwa sebagian besar responden tidak patuh / tidak melaksanakan diet rendah purin, hal ini dilihat dari tingkat konsumsi makanan tinggi purin pada 19 responden, sehingga menyebabkan responden tidak patuh yang mengkonsumsi makan tinggi purin mengalami *gout arthritis.* Hal tersebut terjadi karena kebiasaan makan dari responden itu sendiri, dimana mereka mengatakan bahwa makanan yang dimakan tersebut sangat mudah untuk dibeli dan harganya juga terjangkau seperti tahu, tempe, sayur kangkung, dan sayur bayam tanpa mereka sadari makanan tersebut yang bisa menyebabkan timbulnya penyakit *gout arthritis.* Adapun beberapa faktor penyebab terjadinya penyakit *gout arthritis* seperti faktor usia, keturunan, status pekerjaan serta berat badan. Seperti ada beberapa responden yang hasil kuisionernya patuh tetapi hasil pemeriksaannya tinggi atau mengalami *gout arthtritis* begitupun

sebaliknya ada beberapa responden yang hasil kuisionernya tidak patuh tetapi memiliki kadar asam urat yang normal. Berdasarkan hasil penelitian tersebut disimpulkan semakin mereka mengkonsumsi makanan yang mengandung tinggi purin maka akan semakin tinggi kadar asam urat dalam darah seseorang sehingga hal ini dapat menyebabkan orang tersebut mengalami penyakit *gout arthritis.* Dan sesuai dengan hasil uji dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara diet rendah purin dengan kejadian *gout arthritis.*

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Kussoy et al., 2019) didapatkan hasil hubungan antara kebiasaan makan makanan tinggi purin dengan kadar asam urat yang tinggi terjadi karena kebiasaan responden makan makanan yang tinggi purin. Dengan hasil uji statistic diperoleh nilai ρ = 0,034 yang artinya terdapat hubungan antara kebiasaan makan makanan tinggi purin dengan kadar asam urat. Hal ini menunjukkan bahwa kebiasaan makan makanan tinggi purin pada responden kurang baik, karena mereka sering mengkonsumsi makanan tinggi purin dibuktikan dengan hasil jawaban kuisioner dimana para responden sering makan daging ayam, ikan mujair, kacang-kacangan, dan sayur buncis sebanyak 3x setiap minggunya.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Dungga, 2022) dengan judul hubungan pola makan dengan kadar asam urat, didapatkan hasil uji dengan nilai ρ = 0,023 (< 0,05) maka dari itu dinyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kadar asam urat di Puskesmas Telaga. Dalam penelitian ini responden yang memiliki pola makan tidak baik dengan tingkat kadar asam urat tinggi sebanyak 18 responden, hal ini dikarenakan adanya pola makan yang tidak baik dari responden.

Purin dihasilkan dari makanan yang mengandung protein, seperti jeroan, daging, kerang, kepiting, udang emping, kacang-kacangan, bayam, kangkung, kubis, durian, nanas, tape, alkohol, dan lain-lain. Selain itu salah satu faktor yang dapat mempengaruhi asam urat adalah makanan yang dikonsumsi, umumnya makanan yang tidak seimbang (asupan protein yang mengandung purin terlalu tinggi) (Ahmad Sabrawi, 2022)

Purin adalah zat-zat sisa dari pengolahan protein yang dapat mengakibatkan terbentuknya Kristal asam urat. Kristal asam urat tersebut dapat menumpuk pada dearah persendian, seperti tangan dan kaki. Serta pada ginjal dan atau saluran kemih (Madyaningrum et al., 2020). Purin adalah salah satu bagian dari protein, mengontrol asupan purin artinya mengurangi makanan yang mengandung protein tinggi. Didalam tubuh ginjal telah memproduksi purin sekitar 80-85% serta sisanya didaptkan dari makanan yang dikonsumsi sehari-hari. Mengkonsumsi makanan yang tinggi purin mengakibatkan ginjal sulit untuk mengeluarkan kelebihan dari asam urat yang ada di dalam tubuh (Jannah, 2022).

Beberapa jenis makanan yang memiliki kandungan purin tinggi dan sebaiknya dihindari yaitu terdapat pada jeroan, kerang, tape, kacang-kacangan, alkohol, serta mengurangi konsumsi kopi dan minuman kafein. Makanan berkadar purin yang dapat dikonsumsi dengan maksimal 50-70 gram per hari atau 1-1 ½ potong atau 1 mangkuk (100gram). Makanan tersebut antara lain daging sapi, ayam, ikan, udang, tahu, tempe, bayam, dan daun singkong. Makanan yang aman untuk dikonsumsi karena kandungan purin dalam makanan tersebut sangat rendah, misalnya ubi, jagung, roti dan bihun (Scarlet, 2018)

Dalam penelitian ini peneliti berasumsi bahwa mayoritas masyarakat yang berada di Desa Tinelo Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Biru Kabupaten Gorontalo sebagaian besar masih tidak patuh dalam membatasi mengkonsumsi makanan yang tinggi purin sehingga menyebabkan mereka memiliki kadar asam urat di atas normal, ini berarti terdapat hubungan antara kepatuhan diet rendah purin dengan kejadian *gout arthritis.* Dalam hal ini menunjukkan bahwa masyarakat yang asupan konsumsi makanan tinggi purin beresiko mengalami *gout arthritis.*

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa:

1. Didapatkan masih banyak lansia yang tidak patuh terhadap diet rendah purin. Hal ini dapat dilihat dari tingkat konsumsi tinggi purin pada lansia di Desa Tinelo Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Biru

2. Didapatkan sebagian besar lansia di Desa Tinelo mengalami *gout arthritis*. Hal ini dapat dilihat dari tingginya hasil pemeriksaan kadar asam urat.
3. Hasil analisis secara statistic menggunakan uji *chi-square* terdapat hubungan yang bermakna antara kepatuhan diet rendah purin dengan kejadian *gout arthritis* pada lansia di Desa Tinelo Kecamatan Telaga Biru Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Biru Kabupaten Gorontalo, hasil sesuai dari teori diet rendah purin (Jannah 2022).

DAFTAR PUSTAKA

[1] Adiputra, M. S., Ni, W. T., & Ni, P. W. O. (2021). Metodologi Penelitian Kesehatan. In *Angewandte Chemie International Edition, 6(11), 951–952.* https://books.google.co.id/books/about/Metodologi_Penelitian_Kesehatan.html?id=DDYtEAAAQBAJ&redir_esc=y

[2] Ahmad Sabrawi, G. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Rendah Purin Pada Penderita *Gout Arthritis* Di Wilayah Kerja Puskesmas Arut Selatan Kabupaten Kotawaringin Barat. 2(8.5.2017), 2003–2005.

[3] Anggraini, N., Mutiasyah, W., Nurmala sari, P., Mouriz, Q., & Riniaih, E. (2022). *Edukasi Keluarga dalam Pemberdayaan Lansia*.

[4] Astuti, I. D. (2020). Modul Pendidikan Perempuan Lansia - Bahagia di Usia Senja. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, *3*(April), 49–58.

[5] 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

[6] Jannah, R. (2022). Hubungan Dukungan Keluaraga Dengan Diet Rendah Purin Pada Lansia Yang Menderita Asam Urat Di Wilayah Kerja Puskesmas Juli Kabupaten Bireuen. *STIKes Muhammadiyah Lhoksumawe*.

[7] Kudha, A. K. (2017). Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Di Desa Kolongan Kecamatan Kalawat. *87*(1,2), 149–200.

[8] Kussoy, V. F. M., Kundre, R., & Wowiling, F. (2019). Kebiasaan Makan Makanan Tinggi Purin Dengan Kadar Asam Urat Di Puskesmas. *Jurnal Keperawatan*, *7*(2), 1–7. https://doi.org/10.35790/jkp.v7i2.27476

[9] Lasanuddin, H. V., Retni, A., & Wahyuni Umar, S. A. (2023). Hubungan Peran Keluarga Dengan Perilaku Pencegahan Arthritis Gout Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Tapa.*Vol. 1 No.*(2964–9676), 47–57.