

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN GOUT ARTHRITIS
DI PUSKESMAS SAUSU**

SKRIPSI



**NILUH ENSIANI
2019 01 106**

**PROGRAM STUDI NERS
UNIVERSITAS WIDYA NUSANTARA
2023**

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi berjudul Hubungan Pola Makan dengan Gout Arthritis di Puskesmas Sausu adalah benar karya saya dengan arahan dari pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka dibagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta skripsi saya kepada Universitas Widya Nusantara Palu.

Palu, Agustus 2023



Niluh Ensiani
NIM 201901106

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN GOUT ARTHRITIS DI PUSKESMAS SAUSU

The Relationship between Diet and Gout Arthritis at Puskesmas Sausu

Niluh Ensiani, Tigor. H. Situmorang, Adesulistyawati
Ilmu Keperawatan, Universitas Widya Nusantara Palu

ABSTRAK

Asam urat merupakan salah satu contoh penyakit yang menyerang pembuluh darah dan juga otot yang disebabkan karena pemilihan jenis makanan yang kurang baik. *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2017 dijelaskan bahwa jumlah kejadian penyakit asam urat yang ada di dunia adalah mencapai angka 34,2%. Pola makan sangat berpengaruh dengan kejadian penyakit asam urat. Hal ini disebabkan karena purin yang beredar dalam darah sangat tinggi. Tujuan penelitian adalah dianalisisnya hubungan pola makan dengan Gout Arthritis di Puskesmas Sausu. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* dan jumlah sampel sebanyak 46 orang yang dihitung menggunakan rumus Surakhmad dengan pengumpulan data melalui kuesioner. Hasil penelitian memperlihatkan sebagian besar responden memiliki pola makan baik sebanyak 32 responden (69,6) dan kadar asam urat normal sebanyak 26 responden (56,5) serta hasil uji *Chi square* diperoleh nilai *p value* adalah 0,001 dimana $p < 0,05$. Simpulannya adalah terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan Gout Arthritis di Puskesmas Sausu dengan *p value* 0,001. Saran bagi Puskesmas Sausu agar dapat memberikan pemahaman pada penderita gout arthritis mengenai pentingnya memperhatikan pola makan pada pasien agar terhindar dari tingginya kadar asam urat pasien.

Kata Kunci: Pola makan, Gout Arthritis

ABSTRACT

Uric acid is one example of a disease that attacks blood vessels and muscles caused by poor selection of food. The World Health Organization (WHO) in 2017 explained that the number of gout events in the world reached 34.2%. Diet is very influential with the incidence of gout. This is because the purines circulating in the blood are very high. The purpose of the study was to analyze the relationship between diet and Gout Arthritis at Puskesmas Sausu. The type of research used was quantitative with a cross sectional approach and the number of samples was 46 people calculated using the Surakhmad formula with data collection through questionnaires. The results showed that most respondents had a good diet as many as 32 respondents (69.6) and normal uric acid levels as many as 26 respondents (56.5) and the results of the Chi square test obtained a p value of 0.001 where $p < 0.05$. The conclusion is that there is a significant relationship between diet and Gout Arthritis at Puskesmas Sausu with a p value of 0.001. Advice for Puskesmas Sausu in order to provide an understanding to gout arthritis sufferers about the importance of paying attention to the diet of patients to avoid high levels of uric acid patients.

Keywords: Diet, Gout Arthritis



HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN GOUT ARTHRITIS DI PUSKESMAS SAUSU

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Persyaratan Memperoleh Gelar Serjana pada Program Studi Ners
Universitas Widya Nusantara



NILUH ENSIANI
2019 01 106

PROGRAM STUDI NERS
UNIVERSITAS WIDYA NUSANTARA
PALU
2023

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN GOUT ARTHRITIS DI PUSKESMAS SAUSU

SKRIPSI

**NILUH ENSIANI
201901106**

Skripsi ini telah Diujikan Tanggal 26 Agustus 2023

Penguji I

**Ns. Siti Yartin, S.Kep., M.Kes.
NIK. 8906030021**

()

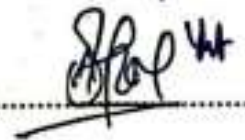
Penguji II

**Dr. Tigor. H. Situmorang, M.H., M.Kes
NIK. 20080901001**

()

Penguji III

**Ns. Adesulistyawati, S.Kep., MH
NIK. 20220901136**

()

**Mengetahui
REKTOR UNIVERSITAS WIDYA NUSANTARA**



**Dr. Tigor H. Situmorang, M.H., M.Kes
NIK. 20080901001**

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL/COVER	i
HALAMAN JUDUL SKRIPSI	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
PRAKATA	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Telaah Pustaka	5
B. Kerangka Konsep	13
C. Hipotesis	13
 BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	14
B. Tempat dan Waktu Penelitian	14
C. Populasi dan Sampel Penelitian	14
D. Variabel Penelitian	15
E. Definisi Operasional	16
F. Instrumen Penelitian	17
G. Teknik Pengumpulan Data	17
H. Analisa Data	18
I. Bagan Alur Penelitian	20

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Lokasi Penelitian	21
B. Hasil	22
C. Pembahasan	30
D. Keterbatasan Penelitian	29

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan	30
B. Saran	30

DAFTAR PUSTAKA**LAMPIRAN**

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin dan Pendidikan di Puskesmas Sausu	22
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Pola Makan penderita Gout Arthritis di Puskesmas Sausu	23
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Kadar asam urat responden penderita Gout Arthritis di Puskesmas Sausu	24
Tabel 4.4	Hubungan pola makan dengan kadar asam urat penderita Gout Arthritis di Puskesmas Sausu	25

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Konsep Penelitian	13
Gambar 3.1 Bagan Alur Penelitian	19

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	: Jadwal Penelitian
Lampiran 2	: Surat Kode Etik
Lampiran 3	: Pengambilan Data Awal
Lampiran 4	: Surat Balasan Pengambilan Data Awal
Lampiran 5	: Surat Permohonan Penelitian
Lampiran 6	: Surat Permohonan Menjadi Responden (<i>Informed Consent</i>)
Lampiran 7	: Kuesioner Penelitian
Lampiran 8	: Surat Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 9	: Surat Balasan Penelitian
Lampiran 10	: Dokumentasi
Lampiran 11	: Riwayat Hidup
Lampiran 12	: Lembar Bimbingan

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Negara maju dan juga kota-kota besar mengalami peningkatan standar hidup masyarakat, menyebabkan adanya pergeseran gaya hidup seseorang. Terjadinya perubahan gaya hidup datang dan seiring dengan perubahan pola konsumsi makanan dimana akan mempengaruhi kesehatan dan pola hidup seseorang. Keadaan yang seperti ini akan menyebabkan kejadian penyakit yang dahulu didominasi oleh penyakit menular kini lebih sering terjadi penyakit-penyakit degeneratif dan juga penyakit metabolisme. Penyakit jenis ini sangat sering menyerang manusia pada sistem saraf, pembuluh darah, tulang dan juga otot. Adapun salah satu contoh penyakit yang menyerang pembuluh darah dan juga otot adalah asam urat yang disebabkan karena pemilihan jenis makanan yang kurang baik (Setiabudi, 2018).

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2017 dijelaskan bahwa jumlah kejadian penyakit asam urat yang ada di dunia adalah mencapai angka 34,2%. Jumlah angka kejadian asam urat di Amerika Serikat mencapai 26,3% dari populasinya. Asam urat tidak hanya terjadi di negara maju saja namun juga di negara berkembang termasuk Indonesia. (WHO, 2017).

Prevalensi penyakit sendi di Indonesia berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS, 2018) adalah sebanyak (7,30%) kasus, prevalensi penyakit sendi tertinggi berdasarkan diagnosis kesehatan usia 75 tahun keatas (18,95%) dan pada kelompok usia 15-24 tahun yaitu sebesar (1,23%) Prevalensi penyakit berdasarkan jenis kelamin terbanyak pada perempuan (8,46%) dari pada laki-laki (6,13%) (Risksedas, 2018).

Data dari provinsi Sulawesi Tengah menunjukkan bahwa pada tahun 2018 jumlah penderita penyakit sendi dan otot mencapai 24,7% dengan kisaran penderita asam urat adalah 7,14% lebih rendah dibandingkan pada tahun 2013 yaitu 6,42%. Penderita pada usia 45-64 tahun adalah 11,1%, usia 55-64 tahun 15,5% dan usia 65-74 tahun 18,6% (Dinkes Provinsi Sulteng, 2018).

Seseorang yang berusia di atas 40 tahun sangat rentan terkena asam urat, yaitu sekitar 60 tahun. Namun, ada perubahan tren baru-baru ini dengan usia pada orang dengan asam urat. Kejadian ini disebabkan karena jenis makanan dan juga gaya kehidupan yang kurang baik, di masa ini anak muda dengan usia dua puluhan sudah banyak terkena asam urat (Savitri, 2017). Frekuensi terjadinya penyakit asam urat cenderung meningkat pada laki-laki dengan usia diatas 3- tahun dan pada wanita terjadi setelah menopause dan termasuk usia produktif dan dapat menyebabkan frekuensi makan menjadi lebih sering dibandingkan dengan yang lebih tua. Penyakit ini jika tidak ditangani dengan cepat dan tepat maka akan menyebabkan penurunan produktivitas kerja (Krisnatuti, 2018)

Efek yang cukup berbahaya dan muncul dari adanya peningkatan kadar asam urat pada kesehatan tubuh menyebabkan terjadinya gangguan fungsi ginjal yang cukup parah, berkurangnya rentang gerak pada tubuh seseorang dan rasa sakit yang sangat hebat pada saat melakukan kegiatan berolahraga. Kekakuan pada sendi tubuh lebih parah di pagi hari ketika bangun tidur, sakit parah saat mulai bergerak tetapi kekakuan hanya terjadi sekitar 15 menit dan tidak berlangsung lama (Ahmad, 2017). Dampaknya apabila kadar asam urat terlalu tinggi dalam darah dapat menyebabkan penumpukan kristal pada sendi dan juga kapiler, dengan demikian akan menyebabkan gesekan kristal dan berpindah ke sel-sel sendi dan menyebabkan rasa sakit yang cukup hebat dan mengalami kehilangan rasa nyaman (Zairin, 2017).

Orang dengan penyakit artritis gout diberikan arahan untuk mengelola rasa sakit, kerusakan sendi, dan meningkatkan atau mempertahankan aktivitas sehari-hari. Penatalaksanaan artritis gout dibagi menjadi dua, yaitu penatalaksanaan farmakologis dan penatalaksanaan non-farmakologis. Manajemen farmakologis artritis gout dicapai dengan menggunakan obat antiinflamasi nonsteroid untuk menghilangkan rasa sakit dan radang sendi, menggunakan obat-obatan dari kelas inhibitor xantin oksidase (IXO) yang mempromosikan pelepasan radang sendi yang disebabkan oleh asam urat. Penggunaan obat asam urat dan urikosurik (peningkatan ekskresi asam urat) akan mencegah terbentuknya artritis gout, sedangkan terapi non farmakologis yang dianjurkan adalah dengan kompres air hangat dan air jahe serta mengkonsumsi makanan seperti daun sirsak dan juga campuran lengkuas dan kunyit (Mustikawati, 2021).

Berdasarkan hasil studi oleh Damayanti (2018), menunjukkan bahwa pola makan sangat berpengaruh dengan kejadian penyakit asam urat. Hal ini disebabkan karena purin yang beredar dalam darah sangat tinggi. *department of Agriculture* (USDA) menyebutkan bahwa pola makan adalah perpaduan antara makanan dan minuman yang menjadi asupan diet bagi seseorang dalam keadaan tertentu. Beberapa jenis makanan yang menyebabkan kadar urat menjadi tinggi adalah daging merah tinggi lemak dan karbohidrat serta telur. Penderita asam urat (gout arthritis) memiliki pola makan yang tidak teratur, rutin mengkonsumsi makanan dengan kandungan purin tinggi akan meningkatkan jumlah asam urat pada darah. Berbagai usaha dilakukan untuk mencegah kejadian penyakit asam urat, salah satu pencegahan yang dapat dilakukan oleh seseorang adalah dengan menghindari jenis makanan dan juga minuman yang memicu asam urat, dapat juga dengan menurunkan berat badan serta minum air yang cukup (Damayanti, 2018).

Pengambilan data awal mengenai jumlah pasien Gout Arthritis yang berobat di Puskesmas Sausu selama tiga tahun terakhir, dimana jumlah penderita pada tahun 2020 berjumlah 79 orang dengan rawat inap sebanyak 25 orang dan rawat jalan sebanyak 54 orang, pada tahun 2021 berjumlah 75 orang dengan rawat inap sebanyak 29 orang dan rawat jalan sebanyak 46 orang, pada tahun 2022 berjumlah 92 orang pasien dengan rawat inap sebanyak 38 orang dan rawat jalan sebanyak 77 orang (Register Puskesmas Sausu, 2023).

Wawancara awal terhadap 3 orang pasien didapatkan bahwa mereka masih cukup sering mengkonsumsi makanan dengan pola yang tidak teratur dan asal makan saja serta ada juga yang mengatakan bahwa mereka mengkonsumsi makanan yang tinggi purin karena merasa bahwa makanan tersebut mudah diperoleh dan kebanyakan harganya cukup terjangkau bagi mereka. Rata-rata masyarakat desa Sausu sangat menyukai makanan kacang-kacangan karena mayoritas dari mereka adalah berkebun sehingga disaat bekerja mereka suka memakan makanan kacang-kacangan. Masyarakat juga banyak memakan sayuran jenis kangkung karena mudah ditanam dan dengan jumlah yang cukup banyak. Hal ini menyebabkan masyarakat banyak yang mengalami peningkatan kadar asam urat.

Berdasarkan latar belakang tersebut diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai masalah kesehatan masyarakat dengan judul “Hubungan Pola Makan dengan Gout Arthritis di Puskesmas Sausu”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Bagaimanakah hubungan pola makan dengan Gout Arthritis di Puskesmas Sausu?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Dianalisisnya hubungan pola makan dengan Gout Arthritis di Puskesmas Sausu

2. Tujuan Khusus

- a. Diidentifikasinya bentuk pola makan responden di Puskesmas Sausu
- b. Diidentifikasinya angka kejadian Gout Arthritis di Puskesmas Sausu
- c. Dianalisisnya hubungan pola makan dengan Gout Arthritis di Puskesmas Sausu

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Universitas Widya Nusantara

Hasil penelitian ini dapat dijadikan media pengetahuan yang baru dan merupakan informasi yang dapat memberikan wawasan dalam kemajuan di bidang keilmuan terutama masalah Gout Arthritis.

2. Bagi Instansi Kesehatan

Memberikan informasi mengenai bentuk pola makan masyarakat sehingga memberikan gambaran untuk tindak lanjut dalam menghadapi masalah penyakit khususnya penyakit gout arthritis yang terjadi di kalangan masyarakat.

3. Bagi Masyarakat Desa Sausu

Penelitian ini dapat memberikan pengetahuan bagi masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan pola makan dalam menghadapi penyakit-penyakit degeneratif yang mungkin terjadi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani. 2016. Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan Manusia. Jakarta: Prenada Media Group
- Ahmad, (2017). Cara mencegah dan mengatasi asam urat dan hipertensi. Jakarta : Rineka Cipta
- Akhmadi. 2019. Permasalahan Lanjut Usia (Lansia). Artikel Kesehatan
- Damayanti. 2018. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi di Dusun Grujugan Bantul Yogyakarta. Jurnal Publikasi.
- Fandi, 2017. Efektifitas Tehnik Effleurage dan Kompres Air Hangat. Jakarta: EGC
- Hasan, F., Anzar, J, & Nazir, H. M. 2016. Sindroma Lesch Nyhan. Palembang: Universitas Sriwijaya
- Kundu AK. Gout in 2017. Rheumatology. Yogyakarta: Bina Pustaka Mulya
- Mustikawati, T. (2021). Pengaruh kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri pada penderita gout arthritis di wilayah kerja puskesmas pakusari (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Jember).
- Notoatmodjo. Metodologi Penelitian Ilmu Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta. 2018
- Novianti, (2018). Hidup Sehat Tanpa Asam Urat. Yogyakarta: Perpustakaan Nasional RI, Notebook.
- Nursalam. 2018. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika
- Ode, S. 2018. Asuhan Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: Nuha Medika
- Priyanto (2022). Hubungan antara Pengetahuan dan Pola Makan dengan Penyakit Gout Arthritis pada lansia. Skripsi. Universitas dr. Soebandi.
- Purwoastuti, 2019. Waspada Gangguan Rematik. Yogyakarta: Kanisius
- Purba, (2016). Asupan Purin dan Tingkat Pengetahuan dengan Kadar Asam Urat di Puskesmas Rurukan Kota Tomohon. Gizido, ed 8 (2).
- Puskesmas Sausu. Buku Register Rawat Jalan dan Rawat Inap Puskesmas Sausu Tahun 2023. Sausu: Puskesmas Sausu, 2023
- Rahmatul (2017). Cara Cepat Usir Asam Urat. Yogyakarta: Medika
- Riskesdas, (2018). Riset Kesehatan Dasar. Jakarta (ID): Balitbang Kemenkes RI
- Riskesdas. Laporan Provinsi sulawesi tengah Riskesdas 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Jakarta; 2018.

- Sapti, Mujiyem. 2019. Gambaran Kadar Asam Urat pada Lansia. Kemampuan Koneksi Matematis (Tinjauan terhadap Pendekatan Pembelajaran Savi).
- Savitri D, (2017). Diam-Diam Mematikan, Cegah Asam Urat dan Hipertensi. Yogyakarta: HEALTHY
- Setiabudi H. Deteksi Dini, Pencegahan, dan Pengobatan Asam Urat. Jakarta: Medpress Swadaya Group. 2018
- Sirajuddin, dkk. (2018). Survei Konsumsi Pangan. Jakarta: EGC
- Sastroasmoro. 2019. Metodologi Penelitian Kuantitatif: Konsep Dasar Penulisan Skripsi & Analisis Data. Yogyakarta: Depublish
- Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: PT Alfabet. 2016
- Tamher. 2016. Herbal untuk Asam Urat. Jakarta: Penebar Swadaya
- Tribute, 2018. Deteksi, Pencegahan, Pengobatan asam urat Yogyakarta: Buku Pintar
- Wahyu Widyanto, Fandi. 2017. Gout Arthritis dan Perkembangannya. Saintika Medika.
- World Health Organization (WHO), (2017). Methods and Data Sources Global Burden of Disease Estimate 2000-2015
- Yenrinna Krisnatuti, (2018). Diet Sehat Untuk Penderita Asam Urat. Penerbit swadaya: Jakarta
- Zairin N, 2017. Gangguan musculoskeletal ed. 2. Jakarta: Salemba Medika