

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN TERJADINYA PENYAKIT
GOUT (ASAM URAT) DI DESA LIMRAN KELURAHAN
PANTOLOAN BOYA KEC. TAWELI**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Pada Program Studi Ilmu
Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Nusantara Palu



**AMNIAR
201401P094**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIDYA NUSANTARA PALU
2018**

ABSTRAK

AMNIAR. Hubungan pola makan dengan terjadinya penyakit gout (asam urat) di Desa Limran Kelurahan Pantoloan boya Kecamatan Tawaeli. Dibimbing oleh TIGOR H SITUMORANG dan EVI SETYAWATI.

World Health Organization (WHO) data asam urat di dunia sebanyak 47.150 jiwa menderita asam urat terus meningkat pada tahun 2005. Penyakit gout (asam urat) merupakan penyakit yang di sebabkan oleh tumpukan Kristal urat pada jaringan, terutama pada jaringan sendi. Gout berhubungan erat dengan gangguan metabolisme purin yang memicu peningkatan kadar asam urat dalam darah (hiperurisemia), yaitu jika kadar asam urat dalam darah lebih dari 7,5 mg/dl. Salah satu factor yang mempengaruhi adalah pola makan yang salah dimana banyak mengkonsumsi protein. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan dengan terjadinya penyakit gout di Desa Limran Kelurahan Pantoloan Boya Kecamatan Tawaeli. Jenis penelitian ini *kuantitatif* dengan rancangan penelitian *Analitik korelasi* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 34 orang responden dengan teknik pengambilan sampel *probality sampling*. Analisis data menggunakan uji *chi-square* dengan variable independen pola makan dengan terjadinya penyakit gout di desa Limran Kelurahan Pantoloan Boya Kecamatan Tawaeli ($\rho \leq 0,05$) yaitu hasil yang di dapatkan $0,000 \leq 0,05$. Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan pola makan dengan terjadinya penyakit gout (asam urat) di Desa Limran Kelurahan Pantoloan Boya Kecamatan Tawaeli. Saran diharapkan kepada seluruh masyarakat baik yang menderita maupun tidak menderita penyakit asam urat (nyeri sendi dan otot-otot), agar mengurangi makan yang berzat purin yang bisa memicu terjadinya asam urat atau memper parah asam urat itu sendiri.

Kata kunci : Pola Makan, Gout (Asam Urat)

ABSTRACT

AMNIAR. The relationship of diet pattern to gout in Limran Village Pantoloan Boya Tawaeli Sub-district. Under the Supervisions of (I) Tigor H Situmorang, and (II) Evi Setyawati.

Gout Data of World Health Organization (WHO) shows 47.150 people who experienced gout keep increasing in 2005. Gout is a disease caused by the agglomerate of vein crystals on system particularly on hinge system. Gout is closely related to disorders of purine metabolism which triggers an increase of hyperuricemia if the uric acid level in the blood is more than 7,5 mg/dl. A factor affects is wrong diet pattern which consume lot of protein. this research aims at identifying the relationship of diet pattern to gout in Limran Village Pantoloan Boya Tawaeli Sub-district. Design of this quantitative research is analytical correlation using cross sectional approach. There were 34 respondents as the population taken through probability sampling. Data were analyzed through chisquare and independent variable of diet pattern and the gout in Limran Village Pantoloan Boya Tawaeli Sub-district ($p < 0,05$) where $0,000 < 0,05$. Therefore, it can be concluded that diet pattern is related to gout. Suggestion provides to all people who experiencing or not experiencing gout are expected to reduce fibrous purine foods which can trigger gout or make it worse.

Keywords : Diet pattern, Gout

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
ABSTRAK	iii
HALAMAN JUDUL	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
PRAKATA	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFRAT TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I	PENDAHULUAN
	1
1.1	Latar Belakang
	1
1.2	Rumusan Masalah
	3
1.3	Tujuan Penelitian
	4
1.4	Manfaat Penelitian
	4
BAB II	TINJAUAN PUSTAKA
	7
2.1	Tinjauan Teori
	7
2.2	Kerangka teori
	17
2.3	Kerangka Konsep
	18
2.4	Hipotesis
	18
BAB III	METODE PENELITIAN
	20
3.1	Desian Penelitian
	20
3.2	Tempat dan Waktu Penelitian
	20
3.3	Populasi dan Sampel Penelitian
	20
3.4	Variabel Penelitian
	22
3.5	Definisi Operasional
	23
3.6	Instrumen Penelitian
	23
3.7	Tehnik Pengumpulan Data
	24
3.8	Analisa Data
	24

BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	27
	4.1 Hasil	27
	4.2 Pembahasan	31
BAB V	SIMPULAN DAN SARAN	34
	5.1 Simpulan	34
	5.2 Saran	34
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		

DAFTAR GAMBAR

2.1 Kerangka Teori	24
2.2 Kerangka Konsep	25

DAFTAR TABEL

4.1	Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan umur di Desa Limran Kkelurahan Pantoloan Boya Kecamatan Tawaeli.	27
4.2	Distribusi frekunse karakteristik berdasarkan jenis kelamin di Desa Limran Kelurahan Pantoloan Boya Kecamtan Tawaeli	28
4.3	Distribusi frekuensi karakteristik berdasarkan pekerjaan di Desa Limran Kelurahan Pantoloan Boya Kecamatan Tawaeli	28
4.4	Distribusi frekuensi karakteristik berdasarkan pendidikan di Desa Limran Kelurahan Pantoloan Boya Kecamatan Tawaeli	29
4.5	Distribusi frekuensi pola makan dengan terjadinya penyakit gout (asam urat) di Desa Limran Kelurahan Pantoloan Boya Kecamatan Tawaeli	29
4.5	Distribusi frekuensi terjadinya penyakit gout (asam urat) di Desa Limran Kelurahan Pantoloan Boya Kecamatan Tawaeli	30
4.6	Hubungan pola makan dengan terjadinya penyakit gout (asam urat) di Desa Limran Kelurahan Pantoloan Boya Kecamatan Tawaeli	31

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal penelitian

Lampiran 2. Kuesioner

Lampiran 3. Lembar Persetujuan Responden

Lampiran 4. Permohonan pengambilan data awal

Lampiran 5. Surat Keterangan pengambilan data awal

Lampiran 6. Permohonan izin penelitian

Lampiran 7. Surat balasan penelitian RSUD Anutapura

Lampiran 8. Master Data

Lampiran 9. Rekap Tabulasi Kuesioner

Lampiran 10. Riwayat Hidup

Lampiran 11. Lembar Konsultasi

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit asam urat adalah artritis yang sangat menyakitkan yang disebabkan oleh penumpukan kristal pada persendian, akibat tingginya kadar asam urat di dalam tubuh. Sendi-sendi yang di serang terutama adalah jari-jari kaki, dengkul, tumit, pergelangan tangan, jari tangan dan siku. Selain nyeri, penyakit asam urat juga dapat membuat persendian membengkak, meradang, panas dan kaku sehingga penderita tidak dapat melakukan aktivitas seperti biasanya dan penderita tidak dapat berobat di arenakan ekonomi yang kurang. (Yolianingsih, 2010)

Badan kesehatan Dunia *World Heald Organization (WHO)* mengemukakan sejak enam tahun lalu memperkirakan bahwa beberapa ratus juta orang telah menderita karena penyakit sendi (asam urat), dan angka tersebut diperkirakan akan meningkat tajam pada tahun 2012. (Achmad, 2008)

Badan kesehatan dunia WHO, penderita asam urat pada tahun 2004 diperkirakan mencapai 230 juta. Prevalensi asam urat di dunia sangat bervariasi dan penelitian epidemiologi menunjukkan peningkatan kejadian asam urat, terutama di Negara-negara maju, karena di Negara maju mereka mengkonsumsi makanan yang berlemak dan mengandung kadar *purin* yang tinggi. (Achmad, 2008)

Asam urat sudah di kenal sejak 2.000 tahun yang lalu dan menjadi salah satu penyakit tertua yang dikenal manusia, berdasarkan data asam urat di dunia tercepat sebanyak 47.150 jiwa orang di dunia menderita asam urat kejadian asam urat terus meningkat pada tahun 2005 jumlah penderita asam urat bertambah banyak dari tahun 2004 dan menyerang pada usia pertengahan 40-59 tahun. (WHO, 2004)

WHO Mengemukakan *Hiperurisemia* terjadi pada 5-30% populasi umum dan prevalensi dapat lebih tinggi pada beberapa kelompok etnik tertentu. Prevalensi *gout* belakang ini menunjukkan peningkatan di seluruh dunia, diduga karena peningkatan prevalensi dan penggunaan obat-obatan. Kejadian *gout* bervariasi antara 0,16-1,36%, sedangkan menurut data yang ditemukan oleh Johnstone (2005), Prevalensi *gout* bervariasi dari 0,2% di Eropa dan Amerika Serikat sampai 10% pada laki-laki dewasa pada populasi Mario di Selandia Baru.

Prevalensi Nasiolan penyakit sendi adalah 30,3% (bersasarkan diagnosis tenaga kesehatan dan gejala). Sebanyak 11 provinsi mempunyai prevalensi penyakit sendi diatas persentase nasional, yaitu Nanggroe Aceh Darussalam, Sumatera Barat, Bengkulu, Jawa Barat, Jawa Tengah, Jawa Timur, Bali, Nusa Tenggara Barat, Nusa Tenggara Timur, Kalimantan Selatan dan Papua Barat (Risikesdas, 2007). Menurut Risikesdas tahun 2013, prevalensi penyakit *gout* berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan di indonesia 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala 24,7% jika dilihat dari karakteristik umur, prevalensi tertinggi pada umur ≥ 75 tahun (54,8%). Penderita wanita juga lebih banyak (27,5%) dibandingkan dengan pria (21,8%) (Risikesdas, 2013).

Choi. Dkk (1986) yang dikutip oleh Andry. Dkk (2009) melakukan penelitian tentang *gout* pada populasi tenaga kesehatan laki-laki di Amerika Serikat, yang meliputi dokter gigi, optometris, osteopath, ahli farmasi, podiatrist, Dan dokter hewan. Populasi tersebut berusia antara 40 sampai 75 Mereka menemukan peningkatan resiko *gout* ketika responden mengonsumsi daging atau *seafood* dalam jumlah banyak (Andry. Dkk 2009).

Karamer & Curhan (2002); Wallace et al (2004) yang dikutip oleh Andry. Dkk (2009) bukti yang mendukung bahwa faktor makanan, termasuk konsumsi alkohol dan makanan tinggi purin seperti *seafood* dan daging dapat meningkatkan risiko *gout* Choi et al (2005). Dalam penelitian ini didapatkan bahwa penderita *gout* yang lebih tinggi adalah laki-laki dibandingkan peserta perempuan (Andry. Dkk 2009).

Asam urat merupakan hasil metabolisme di dalam tubuh yang kadarnya tidak boleh berlebihan, setiap orang memiliki asam urat di dalam tubuhnya, karena setiap metabolisme normal akan di hasikan asam urat sedangkan pemicunya adalah faktor makanan dan senyawa lain yang banyak mengandung purin. Purin ditemukan pada semua makanan yang mengandung protein. Sangatlah tidak mungkin untuk menyingkirkan semua makanan yang mengandung protein. Mengingat fungsi utama protein sebagai zat pembangun untuk tubuh. Oleh karena itu makanan untuk penderita *gout* diatur menjadi diet rendah purin. Diet rendah purin juga membatasi lemak, karena lemak cenderung membatasi pengeluaran asam urat. Apabila penderita asam urat tidak melakukan diet rendah purin. Maka akan terjadi penumpukan kristal asam urat pada sendi bahkan bisa pada ginjal yang dapat menyebabkan batu ginjal (Damayanti 2012).

Data dari provinsi Sulawesi tengah khususnya di kota palu, menunjukkan kecenderungan prevalensi penyakit sendi/otot berdasarkan wawancara tahun 2013 sebanyak (24,7%) lebih rendah dibanding tahun 2007 sebanyak (30,3%). Kecenderungan penurunan prevalensi diasumsikan kemungkinan perilaku penduduk yang sudah lebih baik, seperti berolahraga dan mengatut pola makan terkait makanan tinggi zat purin.

Data yang di dapatkan dari puskesmas pantoloan boya pada tahun 2016 sebanyak 50 orang, sedagkan pada tahun 2017 sebanyak 61 orang, dan pada tahun 2018 data yang di dapatkan dari hasil kegiatan harian pada saat KKN berjumlah 81 orang di desa limbran pantoloan boya kecamatan taweli. Denagan hasil data asam urat yang di dapatkan di tempat KKN (kuliyah kerja nyata) di desa limran kelurahan pantoloan boya ini di harapkan masyarakat yang memiliki penyakit asam urat dapat berkurang dengan adanya pengambilan masalah hubungan pola makan dengan penyakit *gout* (asam urat).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan di latar belakang, peneliti tertarik melakukan penelitian, yaitu hubungan pola makan dengan terjadinya penyakit gout (asam urat) di desa limran kelurahan pantolan boya kecamatan tawaeli.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan pola makan dengan terjadinya penyakit gout di desa tamrin kec, tawaily kelurahan pantoloan boya.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk menganalisis hubungan pola makan dengan terjadinya penyakit gout (asam urat) di Desa Pantoloan Boya Kecamatan Tawaeli.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Ilmu pengetahuan/ pendidikan

Hasil penelitian ini di harapkan dapat menjadi referensi tentang hubungan pola makan dengan terjadinya penyakit gout (asam urat) sekaligus sebagai dasar untuk pengembangan penelitian selanjutnya.

1.4.2 Bagi masyarakat

Untuk membantu masyarakat indormasi tentang hubungan pola makan dengan terjadinya penyakit gout (asam urat).

1.2.3 Bagi Instansi (Puskesmas Pantoloan Boya)

Sebagai referensi dalam melaksanakan penelitian lanjutan dan bahan pertimbangan bagi yang kepentingan untuk melanjutkan penelitian yang sejenis.

DAFTAR PUSTAKA

- Carter MA. 2002. *Buku Ajar Patofisiologi. Edisi 6*. Jakarta : EGC.
- Damayanti, 2012. *Panduan Lengkap Mencegah & Mengobati Asam Urat*. Yogyakarta : Araska.
- 2013. *Panduan Lengkap Mencegah & Mengobati Asam Urat*. Yogyakarta: Araska.
- Diantari. 2012. *Pengaruh Asupan Purin Dan Cairan Terhadap Kadar Asam Urat Pada Wanita Usia 50-60 Tahun Di Kecamatan Gajah Mungkur Semarang. Jurnal Kedokteran*. Universitas Diponegoro Semarang
- Junaidi, I. 2012. *Rematik Dan Asam Urat Edisi Revisi*. Jakarta : PT Bhuana Ilmu Populer
- Krisnatuti. 2007. *Perencanaan Menu Untuk Penderita Gangguan Asam Urat*, Jakarta : Penebar Wsadaya.
- Lyuett. 2003. *Obesitas Dan Penanggulangannya*. Jakarta: Buletin Kesehatan.
- Mayers, P,A. 2003. *Glikolisis Dan Oksidasi Piruvat*, Jakarta: Biokimia Harper.
- Noviyanti. 2015. *Hidup Sehat Tanpa Asam Urat*. Yogyakarta, Notebook. Hal 21-72.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013, *pedoman pewawancara petugas pengumpulan data*. Jakarta:Badan litbangkes RI, 2013
- Sutanto, Teguh. 2013. *Deteksi, Pencegahan, Pengobatan asam urat* Yogyakarta: Buku Pintar
- Sustrani, L. Dkk. 2004. *Asam Urat*. Jakarta. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Dkk. 2007. *Asam Urat*. Jakarta. Pt Gramedia Pustaka Utama.
- Suiraoaka, I. P., & Supariasa, I. D. 2012. *Media Pendidikan Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

- Wulandari, D. 2015. *Hubungan Lingkar Pinggang Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Kadar Asam Urat Pada Wanita Usia Di Atas 50 Tahun*. Artikel Penelitian. Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Semarang.
- Yolianingsih, 2010. Asam urat. Dalam <http://yuolianingsi.blogspot.com> dikutip tanggal 29 juli 2012