



Majalah Kesehatan Masyarakat Aceh (MaKMA)

<http://ojs.serambimekkah.ac.id/index.php/makma>

HUBUNGAN KEBIASAAN MAKAN DAN RIWAYAT KELUARGA DENGAN KADAR ASAM URAT PADA PENDERITA HIPERURISEMIA

Nurul Munziah¹, Saiful Bakri²

¹Mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika, Poltekkes Kemenkes Aceh

²Dosen Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika, Poltekkes Kemenkes Aceh

Email : Nurulmunziah77@gmail.com

ABSTRAK

Hiperurisemia merupakan gangguan metabolik yang ditandai dengan peningkatan kadar asam urat serum pada orang dewasa lebih dari 7,0 mg/dl pada pria dan lebih dari 6,0 mg/dl pada wanita. Bertujuan untuk mengetahui hubungan kebiasaan makan dan riwayat keluarga dengan kadar asam urat pada penderita Hiperurisemia di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh. Penelitian ini bersifat *deskriptif Analitik* dengan desain *Crosssectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita hiperurisemia yang rawat jalan di Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh sebanyak 45 orang ditentukan berdasarkan cara *Accidental Sampling*. Pengukuran kadar asam urat menggunakan Easy Touch GCU, kebiasaan makan menggunakan form SQ-FFQ (*Semi Quantitative-Food Frequency Questionnaire*), dan riwayat keluarga menggunakan kuesioner. Analisis univariat dilakukan secara deskriptif, sedangkan bivariat menggunakan uji statistik *Chi-Square test* dengan nilai $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan yang mempunyai kebiasaan mengkonsumsi makanan sumber purin kategori kurang baik dengan kadar asam urat tinggi sebesar 81%, sedangkan yang memiliki riwayat keluarga penderita asam urat dengan kadar asam urat tinggi sebesar 84,6%. Kebiasaan mengkonsumsi protein dengan kadar purin tinggi dan riwayat keluarga berhubungan dengan peningkatan kadar asam urat pada penderita Hiperurisemia di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh. Memberikan informasi dan edukasi berupa pemilihan makanan yang tepat untuk mengontrol kadar asam urat atau mencegah penyakit hiperurisemia.

Kata Kunci : Hiperurisemia, Kadar Asam Urat, Kebiasaan Makan, Riwayat Keluarga.

Riwayat Artikel

Diterima : 19 April 2021

Disetujui : 26 Mei 2021

Dipublikasi : 26 Juni 2021

ABSTRACT

Hyperuricemia is a metabolic disorder characterized by an increase in serum uric acid levels in adults of more than 7.0 mg / dl in men and more than 6.0 mg / dl in women. Aim to determine the relationship of eating habits and family history with uric acid levels in patients with hyperuricemia in the work area of Kuta Alam Health Center in Banda Aceh. This research is descriptive analytic with crossectional design. The population in this study were 45 patient with with outpatient hyperuricemia at Kuta Alam Banda Aceh Public Health Center, which was determined based on accidental sampling method. Measurement of uric acid levels using Easy Touch GCU, eating habits using the SQ-FFQ (Semi Quantitative-Food Frequency Questionnaire) form, and family history using a questionnaire. Univariate analysis was done descriptively, while bivariate used a chi-square test with $\alpha = 0,05$. The results of this study who have the habit of consuming poor source of purine food sources with high uric acid levels were 81%, while those who had a family history of gout sufferers with high uric acid levels were 84,6%. The habit of consuming protein with high uric acid levels and family history is associated with increased uric acid levels in patients with hyperuricemia in the work area of the Kuta Alam Health Center in Banda Aceh. Provide information and education in the form of choosing the right food to control uric acid levels for or preventing hyperuricemia.

Keywords : Hyperuricemia, Uric Acid Levels, Eating Habits, Family History.

PENDAHULUAN

Kadar asam urat dalam tubuh dipengaruhi oleh beberapa faktor, contohnya kebiasaan makan dan riwayat keluarga. Kebiasaan makan meliputi kebiasaan individu untuk memilih makanan yang akan dikonsumsi sehari-hari sesuai dengan keinginan individu tersebut.^[7] Riwayat keluarga merupakan suatu hal yang diturunkan melalui genetik termasuk salah satunya risiko kadar asam urat tinggi.^[8]

Kebiasaan mengonsumsi makanan sumber purin yang tinggi berlebih adalah pemicu tingginya kadar asam urat.^[9] Purin adalah salah satu senyawa basa organik yang menyusun asam nukleat (asam inti dari sel) dan termasuk asam amino, unsur pembentuk protein.^[6]

Jenis makanan lainnya yang sering dikonsumsi responden adalah hasil olahan kedelai (tahu dan tempe), yang mana kedua makanan tersebut memiliki kandungan gizi seperti protein, kalsium, karbohidrat, fosfor, besi, vitamin A,B,C dan air. Protein dari tempe dan tahu tersebut terdiri atas asam-asam amino yang sebagian besar akan terbentuk menjadi purin.^[1]

Riwayat keluarga terutama keluarga dekat yang dapat membawa sifat hereditas atau riwayat penyakit yaitu ayah, ibu, saudara kandung, kakek, nenek, saudara kandung ayah/ibu. Riwayat keluarga dekat yang mengalami hiperurisemia mempertinggi risiko terjadinya hiperurisemia semakin tinggi.^[2] Hal ini dikarenakan dalam proses biokimiawi penurunan sifat genetik, nukleotida purin dan asam amino dijadikan sebagai unit dasar dalam proses biokimia tersebut. Nukleotida berperan menjadi penyandi asam nukleat yang bersifat esensial dalam pemeliharaan dan pemindahan informasi genetik. Sedangkan asam amino merupakan unit pembangun protein yang dibutuhkan untuk ekspresi informasi genetik.^[3]

Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh menyebutkan pasien yang didiagnosa penyakit Hiperurisemia sebanyak 5795 orang. Kebiasaan makan dapat dinilai dengan wawancara menggunakan form SQ-FFQ (*Semi Quantitative-Food Frequency Questionnaire*). Riwayat keluarga dapat dinilai dengan wawancara menggunakan kuesioner. Sedangkan kadar asam urat pada penderita hiperurisemia dapat dinilai dengan cara ukur metode stik menggunakan alat ukur Easy Touch GCU.

METODE

Penelitian ini bersifat *deskriptif Analitik* dengan desain *Crosssectional* yaitu menganalisis hubungan kebiasaan makan dan riwayat keluarga dengan kadar asam urat pada penderita Hiperurisemia di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh. Pelaksanaan penelitian ini telah dilakukan pada bulan Januari 2020 di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita hiperurisemia yang berobat atau rawat jalan di Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh sebanyak 45 orang dengan cara *Accidental Sampling*.

Mengidentifikasi penderita asam urat, kebiasaan makan, dan riwayat keluarga. Uji Statistik yang digunakan adalah *Chi-Square test* (p) tingkat kepercayaan 95% (0,05). Analisis ini menggunakan program komputer dengan syarat dan ketentuan uji Chi-Square ada hubungan jika ($P < 0,05$).

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Penderita Hiperurisemia di Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh

Karakteristik	Jumlah	
	n	%
Umur		
40-49 Tahun	13	38,2
50-59 Tahun	13	38,2
60-69 Tahun	8	23,5
Jenis Kelamin		
Laki-laki	11	32,4
Perempuan	23	67,6
Lama Menderita		
Kurang dari 1 tahun	7	20,6
Lebih dari 1 tahun	27	79,4

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa karakteristik dari 34 responden sebagian besar umur 40-49 tahun sebesar 38,2% dan 50-59 tahun sebesar 38,2%, sebagian besar jenis kelamin perempuan sebesar 67,6%, sedangkan sebagian besar responden lama menderita hiperurisemia lebih dari 1 tahun sebesar 79,4%.

Tabel 2. Penderita Hiperurisemia Menurut Kadar Asam Urat di Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh

Kadar Asam Urat	Jumlah	
	n	%
Normal	14	41,2
Tinggi	20	58,8
Total	34	100,0

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui dari 34 responden sebagian besar kadar asam urat tinggi sebesar 58,8%, sedangkan kadar asam urat normal sebesar 41,2%.

Tabel 3. Penderita Hiperurisemia Menurut Kebiasaan Makan Sumber Purin dan Riwayat Keluarga di Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh

Kebiasaan Makan dan Riwayat Keluarga	Jumlah	
	n	%
Kebiasaan Makan		
Baik	21	61,8
Kurang Baik		
Riwayat Keluarga		
Iya	13	38,2
Tidak	21	61,8

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui dari 34 responden sebagian besar kebiasaan makan dari sumber purin kategori kurang baik sebesar 61,8%, sedangkan sebagian besar tidak memiliki riwayat keluarga penderita hiperurisemia sebesar 61,8%.

Tabel 4. Kebiasaan Makan dengan Kadar Asam Urat pada Penderita Hiperurisemia di Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh

Kebiasaan Makan	Kadar Asam Urat				Total		Nilai P
	Normal		Tinggi				
	n	%	n	%	n	%	
Baik	10	76,9	3	23,1	13	100,0	0,001
Kurang Baik	4	19,0	17	81,0	21	100,0	
Total	14	41,2	20	58,8	34	100,0	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi-square*, didapatkan *p-value* = 0,001 jika dibandingkan dengan $\alpha = 0,05$ maka $p < 0,05$ dapat diinterpretasikan

ada hubungan antara kebiasaan makan dengan kadar asam urat pada penderita hiperurisemia di Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh.

Tabel 5. Riwayat Keluarga dengan Kadar Asam Urat pada Penderita Hiperurisemia di Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh

Riwayat Keluarga	Kadar Asam Urat				Total		Nilai P
	Normal		Tinggi				
	n	%	n	%	n	%	
Iya	2	15,4	11	84,6	13	100,0	0,016
Tidak	12	57,1	9	42,9	21	100,0	
Total	14	41,2	20	58,8	34	100,0	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi-square*, didapatkan *p-value* = 0,016 jika dibandingkan dengan $\alpha = 0,05$ maka $p < 0,05$ dapat diinterpretasikan

ada hubungan antara riwayat keluarga dengan kadar asam urat pada penderita hiperurisemia di Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh.

PEMBAHASAN

a. Hubungan Kebiasaan Makan dengan Kadar Asam Urat pada Penderita Hiperurisemia

Responden yang mempunyai kebiasaan makan sumber purin dalam kategori kurang baik dengan kadar asam urat tinggi sebesar 81% menyatakan bahwa kebiasaan makan mereka tidak banyak berubah selama di diagnosa asam urat. Jenis makanan yang sering dikonsumsi responden seperti kacang-kacangan (kacang merah, kacang hijau, kacang tanah), sayur-sayuran (kangkung, bayam, kembang kol, daun melinjo). Konsumsi makanan sumber purin

dikatakan baik jika hasil % AKG $\leq 80-110\%$ atau sehari sebanyak $\geq 50-150$ gr/hr.

Jenis makanan lainnya yang sering dikonsumsi responden adalah hasil olahan kedelai (tahu dan tempe), yang mana kedua makanan tersebut memiliki kandungan gizi seperti protein, kalsium, karbohidrat, fosfor, besi, vitamin A,B,C dan air. Protein dari tempe dan tahu tersebut terdiri atas asam-amino yang sebagian besar akan terbentuk menjadi purin. Tingginya konsumsi tahu dan tempe karena responden menyatakan tempe dan tahu memiliki cita rasa yang enak serta harganya relatif murah

dan mudah didapatkan sehingga digemari oleh sebagian responden.

Selain itu responden juga suka mengonsumsi sumber protein hewani seperti jeroan dan hati, yang mana kedua sumber protein hewani ini tinggi protein yang sebagian besar mengandung purin yang tinggi. Ini menyebabkan responden yang sering mengonsumsi jenis makanan tersebut memiliki kadar asam urat yang relatif tinggi.

Hasil penelitian diatas didukung dengan teori yang diungkapkan oleh Indriawan (2009) yang menyatakan bahwa peningkatan kadar asam urat dengan cepat terjadi, antara lain karena asupan makanan yang tinggi purin. Dalam kehidupan sehari-hari kebiasaan makan akan menentukan bagaimana kesehatan seseorang. Bagi penderita asam urat tinggi berpeluang meningkatkan metabolisme kadar asam urat berlebih didalam darah. Hal ini dikarenakan tubuh telah menyediakan 85% senyawa purin untuk kebutuhan tubuh, sedangkan dari makanan hanya diperlukan 15% saja.^[4]

b. Hubungan Riwayat Keluarga dengan Kadar Asam Urat pada Penderita Hiperurisemia

Penilaian riwayat asam urat dalam keluarga dalam penelitian ini dilakukan pada responden yang memiliki riwayat keluarga dengan kadar asam urat tinggi sebanyak 84,6% berdasarkan pengakuan responden tentang apakah ada anggota keluarga seperti kakek, nenek, ayah atau ibu yang menderita asam urat. Sebagian besar memiliki riwayat keluarga yang menderita asam urat dari ibu dan ayah.

Responden yang memiliki riwayat keluarga penderita asam urat cenderung memiliki kadar asam urat yang tinggi, setiap responden yang ditanyakan mengaku jarang memeriksakan diri ke puskesmas, hanya beberapa yang rutin memeriksakan diri ke puskesmas. Responden awal menderita asam urat lebih dari 1 tahun yaitu sebanyak 27

orang dengan 11 orang yang memiliki riwayat keluarga kadar asam urat kategori tinggi. Kadar asam urat tinggi juga dipengaruhi oleh faktor stres karena sebagian besar responden bekerja sebagai ibu rumah tangga.^[10]

Hasil penelitian diatas didukung dengan teori yang diungkapkan oleh Jaliana,dkk (2018) yang menyatakan bahwa faktor riwayat keluarga dapat berpengaruh sebesar 40% pada terjadinya gangguan pembuangan asam urat melalui ginjal ataupun produksi endogen yang berlebihan. Faktor riwayat keluarga salah satu pencetus tingginya kadar asam urat dalam darah.^[5]

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan kebiasaan makan dan riwayat keluarga dengan kadar asam urat pada penderita hiperurisemia di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh dapat disimpulkan Kebiasaan mengonsumsi protein dengan kadar purin tinggi dan riwayat keluarga berhubungan dengan peningkatan kadar asam urat pada penderita Hiperurisemia di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh.

Saran

Memberikan informasi berupa video tentang pemilihan makanan yang tepat untuk mengontrol kadar asam urat atau mencegah penyakit hiperurisemia.

DAFTAR PUSTAKA

1. Andry, Saryono, & Upoyo, A.S. (2009). *Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kadar Asam Urat pada Pekerja Kantor di Desa Karang Turi, Kecamatan Bumiayu, Kabupaten Brebes*. Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal Of Nursing). Volume 4 No. 1 Maret 2009.
2. Astuti., Saryono., Upyo, A.S. (2009). *Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kadar Asam Urat pada*

- Pekerja Kantor di Desa Karang Turi, Kecamatan Bumiayu, Kabupaten Brebes. Purwokerto : Jurnal Keperawatan Soedirman (The soedirman Journal of Nursing), Vol. 4 No. 1. Maret 2009:26-31.*
3. Budiono, A., Manampiring, A.E., & Bodhi, W. (2016). *Hubungan Kadar Asam Urat dengan Status Gizi Pada Remaja di Kecamatan Bolangitang Barat Kabupaten Bolaang Mongondow Utara.* Jurnal e-Biomedik (eBm). Vol. 4, No.2.
 4. Indriawan, I. (2009). *Asam Urat.* JICA Press, Malang. Halaman 38.
 5. Jaliana., Suhadi., & Sety, L.O.M. (2018). *Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Asam Urat pada Usia 20-44 Tahun di RSUD Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2017.* Jurnal Imiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat. Vol 3/No.2;ISSN 2502-731X.
 6. Kant, I., Pandelaki, A.J., & Lampus, B.S. (2013). *Gambaran Kebiasaan Makan Masyarakat di Perumahan Allandrew Permai Kelurahan Malalayang I Lingkungan Xi Kota Manado.* Jurnal Kedokteran Komunitas dan Tropik. Vol. 1, No.3.
 7. Nurhayati. (2018). *Hubungan Kebiasaan Makan dengan Terjadinya Penyakit Gout (Asam Urat) di Desa Limran Kelurahan Pantoloan Boya Kecamatan Taweli.* Jurnal KESMAS, Vol 7, No. 6.
 8. Ridhoputrie, M., Karita, D., & Kusumawati, A. (2019). *Kebiasaan Makan dan Riwayat Keluarga dengan Kadar Asam Urat Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas I Kembaran, Banyumas, Jawa Tengah.* Jurnal Medicine. Vol 2/No.1;2620-567X.
 9. Spieker EL., Ruschitzka TF., Luscher FT & Noll G. (2002). *The Management of Hyperuricemia and Gout in Patient with Filure.* The European Journal of Heart Failure, 2002(2), 403-410.
 10. Talarima. B., Amiruddin. R. Asrin. A. A. (2012). *Faktor Risiko “Gout Arthritis” di Kota Masohi Kabupaten Maluku Tengah 2010.* Makara Kesehatan Vol. 16 NO. 2, Desember 2012:89-94.

LAMPIRAN

Tabel 1. Karakteristik Penderita Hiperurisemia di Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh

Karakteristik	Jumlah	
	n	%
Umur		
40-49 Tahun	13	38,2
50-59 Tahun	13	38,2
60-69 Tahun	8	23,5
Jenis Kelamin		
Laki-laki	11	32,4
Perempuan	23	67,6
Lama Menderita		
Kurang dari 1 tahun	7	20,6
Lebih dari 1 tahun	27	79,4

Tabel 2. Penderita Hiperurisemia Menurut Kadar Asam Urat di Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh

Kadar Asam Urat	Jumlah	
	n	%
Normal	14	41,2
Tinggi	20	58,8
Total	34	100,0

Tabel 3. Penderita Hiperurisemia Menurut Kebiasaan Makan Sumber Purin dan Riwayat Keluarga di Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh

Kebiasaan Makan dan Riwayat Keluarga	Jumlah	
	n	%
Kebiasaan Makan		
Baik	13	38,2
Kurang Baik	21	61,8
Riwayat Keluarga		
Iya	13	38,2
Tidak	21	61,8

Tabel 4. Kebiasaan Makan dengan Kadar Asam Urat pada Penderita Hiperurisemia di Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh

Kebiasaan Makan	Kadar Asam Urat				Total		Nilai P
	Normal		Tinggi				
	n	%	n	%	n	%	
Baik	10	76,9	3	23,1	13	100,0	0,001
Kurang Baik	4	19,0	17	81,0	21	100,0	
Total	14	41,2	20	58,8	34	100,0	

Tabel 5. Riwayat Keluarga dengan Kadar Asam Urat pada Penderita Hiperurisemia di Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh

Riwayat Keluarga	Kadar Asam Urat				Total		Nilai P
	Normal		Tinggi				
	n	%	n	%	n	%	
Iya	2	15,4	11	84,6	13	100,0	0,016
Tidak	12	57,1	9	42,9	21	100,0	
Total	14	41,2	20	58,8	34	100,0	