

PENGETAHUAN DAN PERILAKU DIET PURIN DENGAN KADAR ASAM URAT PADA MASYARAKAT DEWASA

Bonavantura N. Nggarang¹, Maria Getrida Simon²,
Heribertus Handi³, Fransiska Kurniati Natul⁴
Universitas Katolik Indonesia Santu Paulus Ruteng^{1,2,3,4}
fransiskanatul@gmail.com⁴

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan perilaku diet purin dengan kadar asam urat masyarakat dewasa di Dusun Ranging Kecamatan Satarmese Utara. Metode yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas distribusi usia responden 20-49 tahun yaitu sebanyak 48,8%, jenis kelamin perempuan 56,1%, status IMT normal 78,0% dan pengetahuan tentang diet purin berada dalam kategori kurang 56,9%, perilaku negatif tentang diet purin 58,5 % dan kadar asam urat responden sebagian besar berada di kategori tinggi yaitu 56,9%. Hasil analisis statistik menunjukkan ada hubungan signifikan antara pengetahuan dan perilaku tentang diet purin dengan kadar asam urat pada masyarakat dewasa di Dusun Ranging Kecamatan Satarmese Utara ($p=0,000$). Simpulan dari penelitian ini bahwa masyarakat memiliki pengetahuan yang kurang dan perilaku negatif tentang diet purin sehingga mayoritas responden mengalami peningkatan kadar asam urat dalam tubuh.

Kata Kunci: Asam urat, Diet Purin, Pengetahuan, Perilaku Diet Purin

ABSTRACT

This research aims to determine the relationship between knowledge and behavior of purine diets and uric acid levels in adults in Ranging Hamlet, North Satarmese District. The method used is quantitative research with a cross sectional design. The research results showed that the majority of respondents' age distribution was 20-49 years, namely 48.8%, female gender was 56.1%, BMI status was normal 78.0% and knowledge about the purine diet was in the poor category 56.9%, negative behavior regarding the purine diet, it was 58.5% and most of the respondents' uric acid levels were in the high category, namely 56.9%. The results of statistical analysis show that there is a significant relationship between knowledge and behavior about the purine diet and uric acid levels in adults in Ranging Hamlet, North Satarmese District ($p=0.000$). The better the level of public knowledge and behavior regarding the purine diet, the more it can prevent an increase in uric acid levels in the body.

Keywords: Uric acid, Purine Diet, Knowledge, Purine Diet Behavior

PENDAHULUAN

Penyakit asam urat atau biasa dikenal sebagai *gout* atau *hyperuricemia*

merupakan suatu penyakit yang diakibatkan karena penimbunan kristal monosodium urat di dalam tubuh. Asam urat adalah hasil metabolisme akhir dari purin yaitu salah satu komponen asam nukleat yang terdapat dalam inti sel tubuh (Roman et al., 2023).

Tubuh secara alami menghasilkan asam urat sebagai zat sisa. Hiperurisemia didefinisikan sebagai peningkatan kadar asam urat serum, biasanya lebih besar dari 6 mg/dL pada wanita dan 7 mg/dL pada pria (George et al., 2023). Peningkatan asam urat dalam darah akan dapat mengakibatkan gangguan pada tubuh manusia seperti perasaan linu -linu dan nyeri pada daerah persendian akibat dari penumpukan kristal monosodium urat (MSU) pada sendi. Peningkatan atau penurunan kadar UA yang abnormal telah dikaitkan dengan beberapa status patologis, yang juga dikenal sebagai asosiasi berbentuk U, yang menyiratkan bahwa kadar fisiologis asam urat yang diatur oleh berbagai enzim dan transporter sangat penting untuk pemeliharaan kesehatan (Wen et al., 2024). Menurut data terbaru dari Badan Pusat Statistik (BPS) di Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) pada tahun 2023 menunjukkan peningkatan kadar asam urat yang signifikan terutama di kalangan penduduk usia lanjut.

Meningkatnya kadar asam urat dalam darah disebut hiperurisemia. Hiperurisemia disebabkan oleh peningkatan produksi asam disebabkan oleh kelainan enzim tertentu (mis : defisiensi *Hipoxantin-Guanin Fosforibosil Transferase* [HGPRT] dan aktifitas PRPP sintetase yang berlebihan) meskipun hal ini tidak banyak terjadi (Kimura et al., 2021). Hiperurisemia terjadi akibat produksi asam urat yang berlebihan atau ekskresi asam urat yang kurang, yang menyebabkan peningkatan kadar asam urat dalam sirkulasi, yang dapat melampaui batas saturasi dan menyebabkan endapan dalam darah, sendi, jaringan, dan urin. Nefrolitiasis asam urat atau pembentukan batu ginjal juga dapat terjadi dengan atau tanpa asam urat sebagai bagian dari gangguan metabolisme. Namun, sebuah studi klinis baru-baru ini menyimpulkan bahwa beban asam yang lebih tinggi pada ginjal yang mengakibatkan ekskresi urin bersih merupakan faktor penting nefrolitiasis asam urat idiopatik (Dissanayake et al., 2020.) Meskipun faktor risiko hiperurisemia belum sepenuhnya ditentukan, penelitian terbaru menunjukkan bahwa selain variasi genetik, beberapa faktor gaya hidup atau pola makan telah dikaitkan dengan hiperurisemia. Karena asam urat merupakan produk akhir metabolisme purin, hiperurisemia terkait dengan asupan makanan kaya purin (Estiverne et al, 2020).

Tingginya kadar asam urat dipengaruhi oleh berbagai faktor resiko yaitu usia, jenis kelamin, asupan makanan tinggi purin, alkohol, obesitas, genetik dan hormonal, penyakit komplikasi seperti hipertensi,diabetes serta penggunaan obat-obat diuretik (Skoczyńska et al., 2020).

Pencegahan terhadap suatu penyakit akan lebih diperhatikan oleh seseorang yang mempunyai pengetahuan yang baik untuk kesehatannya. Pengetahuan menjadi salah satu hal yang sangat berpengaruh terhadap perilaku kesehatan. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan maka perilaku tersebut akan bertahan lama, sebaliknya perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan maka akan cepat hilang dan tidak bertahan lama (Fava et al., 2023). Pengetahuan tentang penyakit asam urat pada penderita asam urat dapat dilihat dari cara pengaturan makanan seperti diet purin olahraga yang cukup, dan mencukupi kebutuhan cairan sangat perlu dilakukan oleh penderita asam urat. Terlalu banyak mengkonsumsi makanan yang tinggi nukleotida purinnya maka akan meningkatkan produksi asam urat atau memicu terjadinya kondisi hiperurisemia. Hiperurisemia terjadi karena produksi urat yang berlebihan

atau gangguan ekskresi urat melalui ginjal dan saluran gastrointestinal. Hiperurisemia dianggap sebagai prekursor asam urat karena pengendapan kristal urat di persendian mengakibatkan respons inflamasi akut. Penimbunan di jaringan lunak dapat menyebabkan tofi (Aihemaitijiang et al., 2020)

Purin merupakan hasil pencernaan protein. Ketidakmampuan metabolisme purin akan menghasilkan akumulasi asam urat yang berlebihan di dalam plasma darah (hiperurisemia), sehingga mengakibatkan kristal urat menumpuk dalam tubuh (defosit kristal urat dalam tubuh). Penimbunan ini menimbulkan iritasi lokal dan mengakibatkan respon inflamasi. Respon inflamasi ini terjadi karena peningkatan afinitas terhadap ribosa 5-fosfat, atau resistensi terhadap inhibisi umpan balik yang menyebabkan produksi dan ekskresi berlebihan. Ketika kadar asam urat melebihi batas kelarutannya, terjadi kristalisasi natrium urat di jaringan lunak dan sendi sehingga menimbulkan reaksi inflamasi. Menurut kandungan purin dan klasifikasi berbagai makanan dalam artikel yang diterbitkan oleh Pan Hongzhi dan Rong Shengzhong, makanan dengan kandungan purin ≥ 1000 mg/kg didefinisikan sebagai makanan kaya purin, termasuk daging merah, unggas, makanan laut (ikan dan kerang), kacang-kacangan, sayuran kaya purin (bayam, kembang kol, laver, *Auricularia auricula*, asparagus, seledri, ketumbar) dan jamur kaya purin (jamur shiitake, *Agrocybe aegerita*, *Pholiota nameko*, *Pleurotus ferulae* Lanzi, jamur hazelnut, *Hericium erinaceus*) (Aihemaitijiang et al., 2020).

Penatalaksanaan diet purin pada penderita asam urat sangat penting, tujuannya adalah untuk mengurangi dampak yang lebih lanjut dari penyakit asam urat. Asam urat juga merupakan masalah kesehatan yang serius dan merupakan faktor risiko independen untuk gagal jantung dan sindrom metabolik. Asam urat akut adalah kondisi yang menyakitkan dan melumpuhkan, dan jika tidak diobati, asam urat kronis dapat menyebabkan nyeri sendi kronis, erosi sendi, cedera, dan membentuk nodul asam urat, yang dapat pecah, terinfeksi, atau menyebabkan komplikasi lain, seperti hipertensi, penyakit ginjal kronis, obesitas, diabetes, kongesti miokard, stroke. Selain itu, hiperurisemia dikaitkan dengan penyakit ginjal kronis, penyakit kardiovaskular, hipertensi, diabetes, sindrom metabolik, dan obesitas (Yang et al., 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti, pada Bulan Agustus tahun 2023 yang menunjukkan bahwa masyarakat di Dusun Ranging memiliki budaya makan bersama, baik dari kalangan tua maupun muda yang sudah bersifat turun temurun. Masyarakat di Ranging mempunyai kebiasaan mengadakan pesta dan diikuti acara makan bersama yang bukan lagi menjadi kebiasaan tetapi sudah menjadi tradisi pada masyarakat tersebut. Kebiasaan ini menyebabkan masyarakat di Dusun Ranging hampir setiap minggu mengonsumsi protein hewani seperti daging babi, daging sapi, daging anjing, dan daging ayam yang dihidangkan pada acara tersebut. Adapun sayuran yang sering dikonsumsi setiap hari oleh masyarakat tersebut adalah daun singkong dan daun bayam. Kebiasaan mengonsumsi daun bayam dan daun singkong serta daging yang disediakan saat acara pesta rupanya menimbulkan nyeri di bagian persendian yang dikeluhkan atau dirasakan oleh beberapa orang pada masyarakat di Dusun Ranging.

Hal ini didukung oleh beberapa hasil penelitian terdahulu seperti yang dilakukan oleh Aihemaitijiang et al (2020) menunjukkan bahwa konsumsi makanan laut, kacang-kacangan, daging merah, dan unggas semuanya meningkatkan risiko hiperurisemia ($p < 0,05$), sedangkan konsumsi jamur kaya purin dan sayuran kaya

purin tidak memengaruhi terjadinya hiperurisemia. Makanan yang berasal dari hewan merupakan sumber utama makanan kaya purin yang dikonsumsi oleh penduduk dewasa Tiongkok (140,67 g/hari), yang berdampak besar pada hiperurisemia. Akhirnya, setelah disesuaikan dengan jenis kelamin, usia, wilayah, indeks massa tubuh (IMT), konsumsi alkohol, hipertensi, dan asupan biji-bijian olahan, risiko hiperurisemia meningkat sebesar 2,40% dan 1,10% untuk setiap peningkatan 10 g asupan makanan yang berasal dari hewan (OR = 1,024, 95% CI: 1,018–1,030) dan asupan kacang-kacangan (OR = 1,011, 95% CI: 1,003–1,019). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Danve et al (2021) tentang peran diet dalam hiperurisemia dan asam urat menunjukkan bahwa menghindari makanan dan minuman tertentu dapat menurunkan frekuensi serangan asam urat.

Adapun pembeda dari penelitian sebelumnya yakni penelitian ini memiliki karakteristik responden yang bervariasi dan lokasi penelitian yang berada di daerah terpencil sehingga sulit menjangkau akses layanan kesehatan yang mana dapat berdampak pada minimnya pengetahuan masyarakat tentang bagaimana memelihara kesehatannya secara optimal. Melalui penelitian ini diharapkan membawa dampak yang positif bagi masyarakat di Dusun Ranging sehingga dapat mencegah kondisi peningkatan kadar asam urat yang merugikan kesehatan.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik dan merasa perlu untuk melakukan penelitian mengenai hubungan pengetahuan dan perilaku diet purin dengan kadar asam urat pada masyarakat dewasa di Dusun Ranging Kecamatan Satarmese Utara, Kabupaten Manggarai.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan uji korelasi deskriptif dan desain penelitian menggunakan desain potong lintang (*cross sectional*). Oleh karena itu tujuan menggunakan metode penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan perilaku diet purin dengan kadar asam urat pada masyarakat di Dusun Ranging Kecamatan Satarmese Utara Kabupaten Manggarai, Flores-NTT. Pengukuran pengetahuan, sikap, perilaku diet purin dilakukan dengan menggunakan angket dan kuesioner, sedangkan pengukuran kadar asam urat menggunakan *blood uric acid test strip* merek *Auto chek* yang sudah dikalibrasi. Semua data diolah dengan menggunakan SPSS 25 dan uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *kendall's tau-b*.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Karakteristik Responden

Tabel 1.
Distribusi Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki – Laki	54	43.9
Perempuan	69	56.1
Umur		
20-49 tahun	60	48.8
50-60 tahun	40	32.5
> 60 tahun	23	18.7
IMT		

Sangat Kurus	8	6.5
Normal	96	78.0
Berat Badan Berlebih	17	13.8
Obesitas	2	1.6

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 69 (56.1%) dengan rentang usia 20-49 tahun sebanyak 60 (48.8%) dan status IMT responden mayoritas normal yakni sebanyak 96 orang (78,0%).

Tabel 2.
Hasil variabel pengetahuan dan perilaku diet purin dengan Kadar asam urat

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Pengetahuan		
Baik	13	10.6
Cukup	40	32.5
Kurang	70	56.9
Perilaku		
Positif	51	41.5
Negatif	72	58.5
Kadar Asam Urat		
Normal	53	43.1
Tinggi	70	56.9
Total	123	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 123 responden, variabel pengetahuan diet purin diketahui sebagian besar dengan kategori kurang sebanyak 70 responden (56.9%), perilaku diet purin sebagian besar memiliki perilaku negatif sebanyak 72 responden (58.5%) dan variabel kadar asam urat sebagian besar responden memiliki kategori asam urat tinggi sebanyak 70 responden (56.9%).

Analisis Bivariat

Tabel 3.
Pengetahuan Diet Purin dengan Kadar Asam Urat

Pengetahuan	Kadar Asam Urat						<i>p-value</i>
	Normal		Tinggi		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Baik	13	100	0	0	13	100	0,000
Cukup	30	75,0	10	25,0	40	100	
Kurang	10	14,3	60	85,7	70	100	
Total	53	43,1%	70	56,9	123	100	

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa mayoritas responden berpengetahuan kurang tentang diet purin yaitu sebesar 70 responden, terdapat 10 responden (14,3%) tergolong memiliki kadar asam urat normal dan 60 responden yang memiliki kadar asam urat tinggi (85,7%).

Berdasarkan uji statistik *kendall's tau-b* diketahui bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan diet purin dengan kadar asam urat pada masyarakat dewasa di Dusun Ranging Kecamatan Satarmese Utara, Kabupaten Manggarai dengan *p-value* 0,000 (<0,05).

Tabel 4.
Perilaku Diet Purin dengan Kadar Asam Urat

Perilaku	Kadar Asam Urat						<i>p-value</i>
	Normal		Tinggi		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Positif	48	94,1	3	5,9	51	100	0,000
Negatif	5	31,0	67	41,0	72	100	
Total	53	51,0	70	72,0	123	100	

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden tergolong memiliki perilaku negatif tentang diet purin yaitu sebesar 72 responden tentang diet purin yaitu sebesar 70 responden, terdapat 5 responden (31,0%) tergolong memiliki kadar asam urat normal dan 67 responden responden yang tergolong memiliki kadar asam urat tinggi (41,0%).

Berdasarkan uji statistik *kendals-tau b* diketahui bahwa ada hubungan yang signifikan antara perilaku diet purin dengan kadar asam urat pada masyarakat dewasa di Dusun Ranging Kecamatan Satarmese Utara, Kabupaten Manggarai dengan *p-value* 0,000 (<0,05).

PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan 56,1%. Hal ini karena berdasarkan data statistik kependudukan Dusun Ranging menunjukkan masyarakat di Dusun Ranging Kecamatan Satarmese Utara, Kabupaten Manggarai Flores-NTT mayoritas berjenis kelamin perempuan, sehingga yang hadir saat penelitian mayoritas berjenis kelamin perempuan. Berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fary et al., (2023) menunjukkan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi kadar asam urat yaitu artritis gout lebih sering ditemukan pada jenis kelamin pria dibandingkan wanita, dan insidensinya akan meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Hal ini disebabkan karena pria tidak memiliki hormon esterogen dimana fungsi dari hormon esterogen adalah untuk membantu proses pengeluaran asam urat melalui urin (Aihemaitijiang et al., 2020).

Penelitian ini ditemukan karakteristik responden berdasarkan umur dan paling banyak yaitu 20 – 49 tahun sebesar 48.8%. Berdasarkan laporan Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi kasus gout di Indonesia berdasarkan hasil diagnosa dokter terbesar berada di Provinsi Aceh (13,26%), Bengkulu (12,11%), Bali (10,46%) kasus terbesar pada kelompok usia > 65 tahun dan berjenis kelamin perempuan sebesar 8,46% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Leokuna & Malinti (2020), menunjukkan bahwa jenis kelamin laki-laki mayoritas memiliki kadar asam urat tinggi. Data ini menunjukkan bahwa peningkatan kadar asam urat atau hiperurisemia lebih sering dialami oleh pria yang berusia di atas 40 tahun, hal ini disebabkan karena kadar asam urat pada pria cenderung meningkat dengan bertambahnya usia, sedangkan pada wanita meningkat setelah menopause pada rentang usia 60-80 tahun

(Aihemaitijiang et al., 2020). Berdasarkan karakteristik Indeks Massa Tubuh (IMT) responden sebagian besar memiliki IMT dengan kategori normal sebanyak 78%.

Menurut asumsi peneliti, karena di Provinsi NTT mayoritas masyarakat memiliki aktivitas yang tinggi sehingga mengurangi resiko memiliki berat badan berlebih atau kegemukan. Penelitian yang dilakukan oleh Leokuna & Malinti (2020), menunjukkan bahwa frekuensi laki-laki dengan status *overweight* dan obesitas lebih tinggi dibanding perempuan. Terdapat hubungan yang signifikan (p -value 0,005 ($\alpha < 0,05$) antara rata-rata IMT dengan kadar asam urat pada orang dewasa di Oesapa Timur. Menjaga indeks massa tubuh dalam batas normal dianjurkan untuk mencegah terjadinya peningkatan kadar asam urat. Orang dengan kondisi kegemukan mempunyai kecenderungan untuk mengalami peningkatan kadar asam urat dalam darah. Konsumsi lemak tinggi dapat menyebabkan akumulasi trigliserida yang berlebihan, yang menyebabkan peningkatan massa lemak dan obesitas. Telah dilaporkan bahwa kelebihan berat badan/obesitas dikaitkan dengan 60% kasus hiperurisemia dalam uji klinis terhadap 14.624 orang dewasa, mungkin karena gangguan metabolisme lipid yang meningkatkan metabolisme purin dengan meningkatkan aktivitas XO (Zhang et al., 2022).

Analisis Bivariat

Pada tabel 3 berdasarkan uji *kendals-tau b* dapat diketahui bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan diet purin dengan kadar asam urat pada masyarakat dewasa di Dusun Ranging Kecamatan Satarmese Utara, Kabupaten Manggarai dengan p -value 0,000 ($< 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa dengan tingkat pengetahuan diet purin yang baik maka akan menghindari peningkatan kadar asam urat (kadar asam urat normal), begitu pula sebaliknya, apabila tingkat pengetahuan diet purin kurang maka akan meningkatkan resiko kadar asam urat tinggi. Hasil penelitian ini ditunjang dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Adua (2022), terhadap penderita Gout Arthritis di Dusun Patukan Ambar Ketawang Yogyakarta, didapatkan secara statistik ada hubungan bermakna antara pengetahuan diet purin dengan kadar asam urat dengan nilai p -value: 0,000 ($< 0,05$). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Irma Pramudyawardani (2022), terhadap pasien gout arthritis di Desa Karangpakel Kecamatan Trucuk Kabupaten Klaten, didapatkan secara statistik kepatuhan diet rendah purin memiliki hubungan terhadap kadar asam urat dengan nilai *significancy* pada hasil menunjukkan ($p = 0,004 < 0,05$).

Pengetahuan yang dimiliki responden tentang diet purin tidaklah cukup untuk mengendalikan kadar asam urat dimana dalam prakteknya, reponden tidak memperhatikan diet purin sehari-hari. Hal ini mungkin dipengaruhi oleh faktor pengetahuan yang kurang tentang diet purin dan ketersediaan pelayanan kesehatan yang membantu mempromosikan pendidikan kesehatan kepada masyarakat luas. Pengaturan makanan sangat perlu dilakukan oleh penderita asam urat. Kebanyakan mengonsumsi makanan yang tinggi kandungan nukleotida purinnya, maka akan meningkatkan produksi asam urat. Sebaliknya, mengurangi konsumsi makanan dengan kandungan nukleotida purin tinggi dan memperbanyak konsumsi makanan dengan kandungan nukleotida purin rendah akan dapat mengurangi resiko penyakit asam urat (Furuhashi, 2020).

Menurut asumsi peneliti, pengetahuan masyarakat kurang tentang diet purin disebabkan oleh berbagai faktor seperti kurang adanya paparan informasi terkait kesehatan, latar belakang pendidikan yang masih rendah, faktor ekonomi, dan

ketersediaan fasilitas pelayanan kesehatan yang kurang memadai sehingga akan sangat berpengaruh terhadap sikap dan perilakunya dalam melakukan diet purin. Upayanya adalah para tenaga kesehatan diharapkan mampu memberikan penyuluhan kesehatan terkait diet purin guna meningkatkan pengetahuan masyarakat di Dusun Ranging. Dimana dalam penelitian ini, hasil uji *kendals Tau-b* menunjukkan *p-value* 0,000 ($<0,05$), yang artinya ada hubungan antara pengetahuan diet purin dengan kadar asam urat pada masyarakat dewasa di Dusun Ranging Kecamatan Satarmese Utara, Kabupaten Manggarai dengan *p-value* 0,000 ($<0,05$).

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa ada hubungan signifikan antara perilaku diet purin dengan kadar asam urat dengan *p-value* 0,000 ($<0,05$). Hasil penelitian ini ditunjang penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Wetik & Lumintang (2021) mengatakan bahwa perilaku diet bagi klien dengan gout dapat dilakukan dengan cara menghindari konsumsi jenis makanan dengan kandungan tinggi purin (jeroan, ampela dan hati hewani), konsumsi daging hewan berlebih (daging sapi, domba, babi), konsumsi makanan produk laut (lobster, udang, kepiting), konsumsi minuman dengan pemanis tinggi (jus buah, minuman jenis alcohol) dan mengontrol berat badan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin memiliki perilaku yang positif tentang diet purin maka akan menghindari peningkatan kadar asam urat (kadar asam urat normal). Sebaliknya, semakin memiliki perilaku negatif tentang diet purin maka akan berisiko meningkatkan kadar asam urat. Perilaku merupakan respon atau reaksi seseorang terhadap stimulus (rangsangan dari luar). Perilaku diet purin ini terjadi melalui proses adanya stimulus terhadap organisme, dan kemudian organisme tersebut merespons, maka teori Skinner ini disebut teori "S-O-R" atau *Stimulus-Organisme-Respon* (Fava et al., 2023). Perilaku diet purin merupakan suatu aktifitas, tindakan mengurangi konsumsi makanan atau minuman sumber purin yang dikerjakan oleh individu yang dapat diamati secara langsung maupun secara tidak langsung.

Menurut asumsi peneliti, perilaku seseorang sangat berpengaruh dalam menentukan status kesehatannya. seseorang yang telah mengetahui sesuatu hal akan mempengaruhi perilakunya, dalam hal ini perilaku diet purin. Hasil *chi square* dengan *p-value* 0,000 ($>0,05$), yang artinya ada hubungan antara perilaku diet purin dengan kadar asam urat pada masyarakat dewasa di Dusun Ranging Kecamatan Satarmese Utara, Kabupaten Manggarai-NTT.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil uji statistik pada penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara pengetahuan dan perilaku diet purin dengan kadar asma urat pada Masyarakat Dewasa di Dusun Ranging, Kecamatan Satarmese Utara-Manggarai.

SARAN

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan masukan bagi petugas kesehatan agar dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai kepatuhan diet purin pada masyarakat di Dusun Ranging dengan cara memberikan penyuluhan atau pendidikan kesehatan melalui media leaflet atau poster terkait pentingnya diet purin bagi penderita asam urat atau dengan menyusun jadwal kunjungan rumah ke tengah-tengah masyarakat untuk melakukan pengecekan

kadar asam urat secara teratur pada masyarakat dewasa di Dusun Ranging Kecamatan Satarmese Utara, Kabupaten Manggarai.

DAFTAR PUSTAKA

- Adua, Y.(2022). *Hubungan Pengetahuan Diet Purin dengan Kadar Asam Urat Penderita Gout Arthritis pada Lansia di Dusun Patukan Ambar Ketawang.* (Skripsi) Universitas Alma Ata Yogyakarta. <http://elibrary.almaata.ac.id/id/eprint/2432>
- Aihemaitjiang, S., Zhang, Y., Zhang, L., Yang, J., Ye, C., Halimulati, M., Zhang, W., & Zhang, Z. (2020). The Association between Purine-Rich Food Intake and Hyperuricemia: A Cross-Sectional Study in Chinese Adult Residents. *Nutrients*, 12(12), 3835. <https://doi.org/10.3390/nu12123835>
- Danve, A., Sehra, S. T., & Neogi, T. (2021). Role of Diet in Hyperuricemia and Gout. *Best practice & research. Clinical rheumatology*, 35(4), 101723. <https://doi.org/10.1016/j.berh.2021.101723>
- Dissanayake, L. V., Spires, D. R., Palygin, O., & Staruschenko, A. (2020). Effects of Uric Acid Dysregulation on the Kidney. *American journal of physiology. Renal physiology*, 318(5), F1252–F1257. <https://doi.org/10.1152/ajprenal.00066.2020>.
- Estiverne, C., Mandal, A. K., & Mount, D. B. (2020). Molecular Pathophysiology of Uric Acid Homeostasis. *Seminars in nephrology*, 40(6), 535–549. <https://doi.org/10.1016/j.semnephrol.2020.12.006>
- Fary, V., Ekawaty, R., & Pembayun, E. L. (2023). Korelasi Antara Usia dengan Kadar Asam Urat pada Wanita di Desa Sasak Panjang. *Sentri: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(7), 2871–2874. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i7.1281>
- Fava, G. A., Cosci, F., Sonino, N., & Guidi, J. (2023). Understanding Health Attitudes and Behavior. *The American journal of medicine*, 136(3), 252–259. <https://doi.org/10.1016/j.amjmed.2022.10.019>
- Furuhashi M. (2020). New Insights Into Purine Metabolism in Metabolic Diseases: Role of Xanthine Oxidoreductase Activity. *American journal of physiology. Endocrinology and metabolism*, 319(5), E827–E834. <https://doi.org/10.1152/ajpendo.00378.2020>
- George, C., Leslie, S. W., & Minter, D. A. (2023). Hyperuricemia. In *StatPearls*. StatPearls Publishing.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Kimura, Y., Tsukui, D., & Kono, H. (2021). Uric Acid in Inflammation and the Pathogenesis of Atherosclerosis. *International journal of molecular sciences*, 22(22), 12394. <https://doi.org/10.3390/ijms222212394>
- Leokuna, W. I., & Malinti, E. (2020). Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Kadar Asam Urat pada Orang Dewasa di Oesapa Timur. *Nursing Inside Community*, 2(3), 94-99. <https://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/nic/article/view/342>
- Pramudyawardani, I. (2022). *Hubungan Kepatuhan Diet Rendah Purin terhadap Kadar Asam Urat pada Lansia di Desa Karangpakel Kecamatan Trucuk Kabupaten Klaten Tahun 2021* (Doctoral dissertation, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta). <https://repo.stikesbethesda.ac.id/2328/>
- Riskesdas Indonesia. (2018). *Badan Penelitian Pengembangan Kesehatan*. Departemen Kesehatan RI.

- Roman Y. M. (2023). The Role of Uric Acid in Human Health: Insights from the *Uricase* Gene. *Journal of personalized medicine*, 13(9), 1409. <https://doi.org/10.3390/jpm13091409>.
- Skoczyńska, M., Chowaniec, M., Szymczak, A., Langner-Hetmańczuk, A., Maciążek-Chyra, B., & Wiland, P. (2020). Pathophysiology of Hyperuricemia and Its Clinical Significance - A Narrative Review. *Reumatologia*, 58(5), 312–323. <https://doi.org/10.5114/reum.2020.100140>.
- Wen, S., Arakawa, H., & Tamai, I. (2024). Uric Acid in Health and Disease: from Physiological Functions to Pathogenic Mechanisms. *Pharmacology & therapeutics*, 256, 108615. <https://doi.org/10.1016/j.pharmthera.2024.108615>
- Wetik, V. S & Lumintang, T. C. (2021). Peningkatan Pengetahuan Tentang Diet Gout Arthritis Melalui Pendidikan Kesehatan. *Journal of Indah Science and Clinic: Manado*. <http://stikesindah.ac.id/jurnal/index.php/jisk>.
- Yang, H., Gao, J., Li, S., Xia, H., Chen, Z., Zhu, S., & Pan, Z. (2021). Gender Differences in the Association Between Serum Uric Acid and Arteriosclerotic Cardiovascular Risk Among Chinese Type 2 Diabetes Mellitus Patients. *International journal of general medicine*, 14, 687–695. <https://doi.org/10.2147/IJGM.S300196>
- Zhang, Y., Chen, S., Yuan, M., Xu, Y., & Xu, H. (2022). Gout and Diet: A Comprehensive Review of Mechanisms and Management. *Nutrients*, 14(17), 3525. <https://doi.org/10.3390/nu14173525>