

PENGARUH TINGKAT PENGETAHUAN PENDERITA ASAM URAT TERHADAP KEPATUHAN DIET RENDAH PURIN DI APOTEK GRIYA FARMA GBI

Imas Rodiah¹, Veny Usviany,M.Si²

¹Program Studi Farmasi, Politenik Piksi Ganesha, Indonesia

²Program Studi, Politenik Piksi Ganesha, Indonesia

E-mail: [¹ciciimasrodiah@gmail.com](mailto:ciciimasrodiah@gmail.com), [²venyusviany@gmail.com](mailto:venyusviany@gmail.com)

Abstrak

Asam urat adalah penyakit yang disebabkan oleh penumpukan kristal dalam sendi. Ini merupakan hasil akhir dari metabolisme purin turunan nukleoprotein. Pemicu asam urat adalah makanan dan senyawa lain yang banyak mengandung purin. Secara alami, tubuh manusia menghasilkan sekitar 85% senyawa purin. Itu artinya kebutuhan purin dari makanan hanya sekitar 15%. Tidak cukup hanya dengan pengobatan secara berkala, asam urat harus dibarengi dengan diet rendah purin. Pengetahuan yang baik tentang diet rendah purin bisa menjadi kunci dalam mengelola kondisi asam urat dengan baik. Namun, sering kali terdapat kekurangan pemahaman di kalangan penderita asam urat akan hal ini. Penelitian ini dilaksanakan di Apotek Griya Farma GBI dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh tingkat pengetahuan penderita asam urat terhadap kepatuhan diet rendah purin. Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif observasional. Metode yang digunakan adalah metode survei dengan memberikan kuesioner kepada responden. Pengambilan data dilakukan secara prospektif selama bulan Mei 2024. Hasil penelitian pada 42 responden menunjukkan bahwa sebanyak 64,3% memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori cukup.

Kata kunci: Tingkat pengetahuan pasien, Asam Urat, Diet Rendah Purin

Abstrack

Gout is a disease caused by the accumulation of crystals in the joints, resulting from the final metabolism of purine derived from nucleoproteins. The triggers of gout are foods and other compounds that are high in purines. Naturally, the human body produces about 85% of purine compounds, meaning that the need for purines from food is only about 15%. Treatment alone is not enough; gout must be managed with a low-purine diet. Good knowledge of a low-purine diet can be key to effectively managing gout. However, there is often a lack of understanding among gout sufferers regarding this matter. This study was conducted at Griya Farma GBI Pharmacy, aiming to determine the effect of gout patients' knowledge level on adherence to a low-purine diet. This research is a descriptive observational study. The method used is a survey method, by distributing questionnaires to respondents. Data collection was carried out prospectively during May 2024. The result of the study involving 42 respondent showed that 64,3% had a moderate level of knowledge.

Keywords: *Patient knowledge level, Gout, Low-Purine Diet*

PENDAHULUAN

Asam urat adalah penyakit yang disebabkan oleh penumpukan kristal dalam sendi, dan merupakan hasil akhir dari metabolisme purin turunan nukleoprotein. Pemicunya adalah makanan dan senyawa lain yang banyak mengandung purin. Secara alami, tubuh manusia menghasilkan sekitar 85% senyawa purin. Itu artinya kebutuhan purin dari makanan hanya sekitar 15% (Sari et al., 2015). Ini artinya pengelolaan makanan yang baik sangat diperlukan bagi penderita asam urat. Peningkatan asam urat dalam tubuh akan menyebabkan peradangan dan pembengkakan pada sendi. Akan tetapi, asam urat tidak bisa didiagnosis hanya melalui gejala yang terasa; kadar asam urat dapat diketahui dengan cara melakukan pemeriksaan di laboratorium. (Ariyanto, 2021)

Kadar asam urat normal pada wanita dewasa adalah 2,4 – 5,7 mg/dL; sedangkan pada pria dewasa adalah 3,4 – 7,0 mg/dL; dan pada anak-anak adalah 2,8 – 4,0 mg/dL. (Lingga, 2012). Menurut (Simamora, 2018), faktor yang mempengaruhi kadar asam urat digolongkan menjadi tiga, yaitu: 1. Faktor primer, yang dipengaruhi oleh faktor genetik. 2. Faktor sekunder, disebabkan oleh produksi asam urat berlebihan dan penurunan ekskresi asam urat serta dapat

berkembang dengan penyakit lain seperti obesitas, hipertensi, anemia, dan penyakit ginjal. 3. Faktor predisposisi, dipengaruhi oleh usia, jenis kelamin, dan iklim.

Penyakit asam urat dapat diobati secara efektif dengan pengobatan farmakologis seperti: 1. Golongan obat antiinflamasi nonsteroid (NSAID). 2. Golongan obat urikosurik atau obat anti-gout. 3. Golongan obat kortikosteroid. 4. Golongan inhibitor xantin oksidase. Sedangkan pengobatan nonfarmakologis meliputi: 1. Konsumsi air putih yang cukup dan menghindari alkohol. 2. Olahraga teratur. 3. Mengubah pola makan dengan diet rendah purin.

Secara umum, tingkat pengetahuan seseorang dibagi menjadi enam tingkat: Tahu, Memahami, Aplikasi, Analisis, Sintesis, dan Evaluasi. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui pendidikan, pengalaman orang lain, media massa, dan lingkungan sekitar. Pengetahuan kesehatan mempunyai peran penting dalam kehidupan sehari-hari, terutama pengetahuan tentang diet rendah purin. (Notoadmodjo, 2007)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada bulan Mei 2024, ada 42 penderita asam urat yang melakukan pengobatan di Apotek Griya Farma GBI.

Setelah peneliti menyebarkan kuesioner kepada 42 responden, 12 orang di antaranya mengaku baru mengetahui bahwa yang mereka lakukan selama ini adalah diet rendah purin, di mana mereka menjaga pola makan hanya dengan mengonsumsi sayuran seperti oyong, wortel, dan kadang-kadang mengonsumsi ayam. Mereka tidak mengonsumsi jeroan atau kacang-kacangan. Sedangkan 9 orang lainnya menyebutkan bahwa mereka tidak tahu apa itu diet rendah purin. Penderita yang datang ke Apotek Griya Farma GBI pada hakikatnya sudah melakukan perilaku diet rendah purin, karena hasil penelitian menunjukkan bahwa 78,6% memiliki perilaku diet rendah purin yang baik.

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu, “Bagaimana pengaruh tingkat pengetahuan penderita asam urat terhadap kepatuhan diet rendah purin di Apotek Griya Farma GBI?” Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh tingkat pengetahuan penderita asam urat terhadap kepatuhan diet rendah purin di Apotek Griya Farma GBI.

Metode Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan pengambilan data secara observasional. Peneliti memberikan kuesioner yang dikirim secara online melalui Google Forms. Responden

diminta untuk memilih apakah pernyataan tersebut benar atau salah. Setelah itu, data yang diambil dari Google Forms diolah menggunakan program SPSS versi 27.0 dengan menggunakan skala *Guttman*.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien atau penderita asam urat yang menebus resep obat asam urat dan yang melakukan cek asam urat di Apotek Griya Farma GBI. Teknik sampling yang digunakan adalah total sampel dan didapatkan 42 responden yang semuanya memenuhi kriteria inklusi, yaitu mereka yang sedang menjalani pengobatan asam urat, bersedia menjadi responden, dan mampu berkomunikasi dengan baik. Kriteria eksklusi mencakup responden yang bekerja sebagai tenaga kesehatan, tidak sedang menjalani pengobatan asam urat, dan tidak mampu berkomunikasi dengan baik. Tidak ada dari 42 responden yang memenuhi kriteria eksklusi tersebut.

Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan kuesioner yang sudah diuji validitas dan reliabilitasnya oleh peneliti. Pengujian validitas dan reliabilitas dilakukan dengan bantuan komputer menggunakan program SPSS for Windows versi 27.0. Dalam penelitian ini, pengujian dilakukan pada 42 responden. Pengambilan keputusan

didasarkan pada $r_{\text{Hitung}} > r_{\text{Tabel}} = \text{VALID}$ dengan $N=42$ pada signifikansi 5%. Pada distribusi nilai r_{Tabel} statistik, diperoleh nilai sebesar 0,304. Dan dengan nilai signifikansi, $\text{sign} < 0,05 = \text{VALID}$. Untuk pengujian reliabilitasnya, digunakan rumus “Cronbach's Alpha” pada program SPSS dengan nilai Cronbach's Alpha $> 0,6$. Maka item atau pernyataan tersebut valid dan reliabel.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Kategori	Populasi
Jenis Kelamin	
Laki-laki	16
Perempuan	26
Usia	
20 – 34	15
35 – 49	11
50 – 64	14
>.65	2
Pendidikan	
SD	1
SMP	1
SMA/SMK	16
Sarjana/Diploma	24
Pekerjaan	
Swasta/Wiraswasta	15
Pensiun	2
PNS	2
Dosen/Guru	3
Porli/TNI	1
Lainnya	19
Total	42

A. Responden Penelitian

Responden merupakan pasien asam urat yang datang ke Apotek Griya Farma GBI untuk menebus resep obat asam urat dan melakukan cek asam urat. Mereka Memenuhi kriteria inklusi seperti sedang menjalani pengobatan asam urat, bersedia menjadi responden, dan berkomunikasi dengan baik

B. Penilaian Tingkat Pengetahuan Responden.

Pengukuran tingkat pengetahuan ini menggunakan metode survei. Dengan pengisian kuesioner online sebanyak 15 soal. kriteria penilaian menurut (Arikunto, 2011) adalah sebagai berikut:

Baik : 76% - 100%

Cukup : 56% - 75%

Kurang: < 56%

Tabel. 2 Distribusi Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan	F	%B
Baik	27	64,3
Kurang	15	35,7
Total	42	100

Tabel. 3 Perilaku diet rendah purin

Perilaku	F	%B
Baik	33	78,6
Kurang	9	21,4
Total	42	100

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa 27 responden dalam distribusi tingkat pengetahuan masuk dalam kategori cukup dengan persentase 64,3%, sedangkan 15 di antaranya memiliki tingkat pengetahuan kurang dengan persentase 35,7%. Pada tabel perilaku diet rendah purin, 33 responden dengan persentase 78,6% masuk dalam kategori baik, sedangkan 9 di antaranya memiliki perilaku diet rendah purin yang kurang dengan persentase 21,4%.

Kebanyakan di antara mereka sudah melakukan pola makan yang baik, namun tidak tahu bahwa yang mereka lakukan adalah pola makan

diet rendah purin. Jadi dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan penderita asam urat di Apotek Griya Farma GBI, masuk ke dalam kategori cukup pada persentase (56% – 75%) menurut (Arikunto, 2011)

Tabel 4. Distribusi Rata-rata Jawaban Responden Berdasarkan Item Soal

No soal	Responden menjawab benar	% B	Responden menjawab salah	% S
1	40	95%	2	5%
2	28	67%	14	33%
3	37	88%	5	12%
4	37	88%	5	12%
5	26	62%	16	38%
6	8	19%	34	81%
7	37	88%	5	12%
8	14	33%	28	67%
9	16	38%	26	67%
10	41	98%	1	2%
11	10	24%	32	76%
12	38	90%	4	10%
13	12	29%	30	71%
14	12	29%	30	71%
15	38	90%	4	10%

Pada tabel distribusi di atas tentang rata-rata jawaban responden, diketahui bahwa peneliti memberikan 15 kuesioner. Pada pernyataan soal nomor 1 yaitu “asam urat merupakan penyakit yang disebabkan oleh penumpukan purin dalam darah,” pernyataan ini dikutip dari buku berjudul ‘Buku Saku Kader Pengontrol Asam Urat’ (Madyaningrum et al., 2020), dijawab “Benar” oleh 40 responden yang memiliki kategori baik dengan persentase jawaban

95%. Pada soal nomor 2 yaitu “purin adalah lemak yang berlebihan dalam tubuh,” pernyataan ini tentu salah. Sebanyak 28 responden menjawab pilihan “Salah” yang artinya benar. Menurut (Sari et al., 2015), purin adalah hasil metabolisme protein yang dapat membentuk kristal asam urat dan dapat menumpuk pada sendi. Soal ini memiliki kategori cukup dengan persentase 67%. Pada soal nomor 3 dikutip dari jurnal (Sari et al., 2015), “konsumsi makanan yang mengandung alkohol seperti tape dapat meningkatkan risiko serangan asam urat,” sebanyak 37 responden menjawab “BENAR”. Soal nomor 4 merupakan tabel kandungan purin dalam makanan yang bersumber dari (Penuntun Diet, Instansi Gizi RSCM dan Asosiasi Dietisien Indonesia) (Barangmanise et al., 2018), yaitu “(tabel dengan macam-macam makanan purin tinggi-rendah) pada tabel tersebut merupakan makanan pemicu asam urat,” sebanyak 37 responden menjawab “BENAR” dan pada soal nomor 7 dikutip dari jurnal yang sama (Barangmanise et al., 2018), “penderita asam urat diharuskan diet rendah purin,” sebanyak 37 responden menjawab “BENAR”. Ketiga soal tersebut memiliki kategori baik dengan persentase yang sama yaitu 88%.

Kemudian pada soal nomor 5, “diet rendah purin bertujuan untuk menurunkan berat badan,” pernyataan ini tentu salah.

Sebanyak 26 responden memilih jawaban “SALAH” yang artinya benar. Dikutip dari artikel “Diet Rendah Purin: RSUD Kota (Tanggerang, 2017)” diet rendah purin bertujuan untuk menurunkan kadar purin yang tinggi dalam darah. Soal ini masuk ke dalam kategori cukup dengan persentase 62%. Sedangkan pada soal nomor 6, “kadar asam urat normal pada perempuan adalah 1-2 mg/dL dan laki-laki 3-6 mg/dL,” tentu pernyataan ini salah. Hanya sebanyak 8 responden yang memilih jawaban “SALAH” yang artinya benar, sedangkan pernyataan yang seharusnya adalah kadar asam urat normal wanita dewasa 2,4 – 5,7 mg/dL; sedangkan pria dewasa 3,4 – 7,0 mg/dL; dan anak-anak 2,8 – 4,0 mg/dL (Lingga, 2012).

Soal nomor 8, “contoh makanan berprotein yang harus dihindari yaitu hati ayam, limpa, otak, dan paru. Sedangkan contoh makanan berprotein yang dianjurkan adalah susu, keju, telur, ikan salmon, dan ikan tuna,” pernyataan ini tentu benar dikutip dari jurnal yang berjudul “Kebiasaan Makan Makanan Tinggi Purin pada Penderita Gout” (Barangmanise et al., 2018), akan tetapi hanya 14 responden yang memilih jawaban “BENAR.” Dikutip dari jurnal yang sama dengan soal nomor 8 pada soal nomor 9, “karbohidrat kompleks seperti nasi, ubi, singkong tidak dianjurkan bagi penderita asam urat,” sebanyak 16

responden menjawab pilihan “BENAR.” Pada penderita asam urat, karbohidrat kompleks sangat dianjurkan karena dapat meningkatkan pengeluaran asam urat melalui purin (Barangmanise et al., 2018).

Soal nomor 11, “diet rendah purin hanya diperlukan saat serangan asam urat terjadi,” pernyataan ini tentu salah, karena diet rendah purin bisa dilakukan saat pasien mengetahui kadar asam urat tinggi, tidak hanya saat serangan terjadi (Lingga, 2012). Sebanyak 10 responden memilih jawaban “SALAH” yang artinya benar. Soal nomor 13, “apakah Anda rutin memeriksa kadar asam urat Anda?” Pada kuesioner nomor 13 ini, jawaban YA/TIDAK digunakan untuk mengetahui perilaku diet rendah purin. Dari 42 responden yang merupakan pasien asam urat, hanya 12 penderita yang menjawab “YA” dan 30 lainnya “TIDAK.” Banyak penderita asam urat yang tidak rutin memeriksa kadar asam urat mereka setelah mengetahui kadar asam urat tinggi. Kebanyakan dari mereka hanya memaksimalkan perubahan pola makan atau diet rendah purin dan melihat pada serangan asam urat yang terjadi. Pada soal nomor 14, “apakah Anda merasa memiliki cukup pengetahuan tentang diet rendah purin?” sebanyak 12 responden menjawab “YA” dan 32 responden lainnya menjawab “TIDAK.” Sebagian dari mereka mengaku tidak mempunyai cukup wawasan yang luas

dalam diet rendah purin, mereka hanya mengatur pola makan dengan apa yang mereka ketahui dari dokter atau apoteker saat menjalani pengobatan dan sebagian mencari tahu sendiri dengan bantuan Google melalui smartphone.

Soal nomor 6, 8, 9, 11, 13, dan 14 ini memiliki kategori kurang karena memiliki persentase kurang dari 56%. Kemudian pada soal nomor 10 yang dikutip dari jurnal (Barangmanise et al., 2018), “pola makan sehari-hari dapat mempengaruhi kondisi asam urat dalam tubuh,” sebanyak 41 responden menjawab “BENAR.” Itu artinya hampir semua penderita tahu bahwa pola makan yang baik adalah kunci dari stabilnya kadar purin dalam darah. Soal ini memiliki kategori baik dengan persentase 98%. Soal nomor 12 yang dikutip dari buku (Madyaningrum et al., 2020), “minum air putih yang cukup dapat membantu mengurangi risiko serangan asam urat,” sebanyak 38 responden menjawab “BENAR.” Memenuhi kebutuhan air putih yang cukup merupakan salah satu kegiatan dari diet rendah purin. Soal ini memiliki kategori baik dengan persentase 90%.

Dan soal terakhir nomor 15, dikutip dari jurnal (Sari et al., 2015), “diet rendah purin membantu mengurangi gejala/serangan asam urat,” ada 38 responden yang menjawab “BENAR.” Dengan menurunnya kadar purin dalam darah, tentu akan selaras

dengan berkurangnya gejala dan serangan pada penderita asam urat. Kuesioner ini memiliki kategori baik karena memiliki persentase sebesar 90%.

Pertanyaan tersebut bertujuan untuk mengetahui sejauh mana penderita asam urat memahami pentingnya diet rendah purin. Pengetahuan yang memadai tentang penyakit ini dapat membantu penderita mengurangi risiko serangan asam urat. Penderita asam urat harus memiliki pengetahuan tentang makanan mana yang sebaiknya dihindari atau dikonsumsi dalam jumlah terbatas.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nofita Sari (2015) tentang hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku diet rendah purin di Desa Karangharjo, Kecamatan Pakulon, bahwa tingkat pengetahuan mempengaruhi diet rendah purin pada penderita asam urat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 27 responden (64,3%) dan yang berpengetahuan kurang sebanyak 15 responden (35,7%). Serta pada perilaku diet rendah purin, terdapat 33 responden dengan kategori baik (78,6%) dan 9 responden dengan kategori kurang (21,4%).

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2011). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. PT. RINEKA CIPTA.
<https://irigasi.info/wp-content/uploads/2021/03/PROSEDUR-PENELITIAN-17-Mar-2021-14-11-12.pdf>
- Ariyanto, M. (2021). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Asam Urat dengan Kepatuhan Diet Rendah Purin pada Lansia Penderita Asam Urat di Desa Tambakrejo, Sleman, Yogyakarta*. (Skripsi).
<http://repository.stikeswirahusada.ac.id/id/eprint/325>
- Barangmanise, S., Karundeng, Y., & Latif, Y. (2018). Kebiasaan Makan Makanan Tinggi Purin pada Penderita Gout Arthritis di Puskesmas Tuminting. *Prosiding Seminar Nasional*, 1(3), 528–541. <https://ejurnal.poltekkes-manado.ac.id/index.php/prosiding2018/article/view/469>
- Lingga, L. (2012). *Bebas penyakit asam urat tanpa obat* (Tinton DP (ed.)). PT.Agromedia Pustaka.
<https://books.google.co.id/books?id=1mDjAwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=id#v=onepage&q&f=false>
- Madyaningrum, E., Kusumaningrum, F., Wardani, R. K., Susilaningrum, A.

- ryan, & Ramadhani, A. (2020). *Buku Saku Kader Pengontrolan Asam Urat Di Masyarakat* (Cetakan II). Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan (FK-KMK) UGM. https://hpu.ugm.ac.id/wp-content/uploads/sites/1261/2021/02/H-DSS-Sleman-_Buku-Saku-Kader-Pengontrolan-Asam-Urat-di-Masyarakat-_cetakan-II.pdf
- Notoadmodjo, S. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. PT. RINEKA CIPTA.
- Sari, N., Suryani, & Widayati, C. N. (2015). Hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku diet rendah purin pada lansia dengan asam urat tinggi di Desa Karangharjo Kecamatan Pulokulon. *The Sine Cahaya Dunia D-III Keperawatan*, 4(2), 1–8. <https://ejournal.annurpurwodadi.ac.id/index.php/TSCD3Kep/article/view/172>
- Simamora, R. H. (2018). *Aplikasi Media Audiovisual Penyuluhan Kesehatan: Dampak Asam Urat terhadap Kesehatan di Wilayah Desa Binaan Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara*. https://www.researchgate.net/publication/334197936_Penyuluhan_kesehatan_terhadap_masyarakat_Perawatan_penderita_asam_urat_dengan_media_audiovisual
- Tanggerang, R. K. (2017). *diet rendah purin*. <https://rsud.tangerangkota.go.id/a/diet-rendah-purin-1>