

## Hubungan Tingkat Pengetahuan, Jenis Makan dan Frekuensi Makan Dengan Kejadian Asam Urat pada Lansia di Desa Pugung Penengahan Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2024

Rostika<sup>1</sup> Adhi Nurhartanto<sup>2</sup> Dewi Woro Astuti<sup>3</sup>

Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Mitra Indonesia, Kota Bandar Lampung, Provinsi Lampung, Indonesia<sup>1,2,3</sup>

Email: [rostikatika252@gmail.com](mailto:rostikatika252@gmail.com)<sup>1</sup> [nurhartanto@umitra.ac.id](mailto:nurhartanto@umitra.ac.id)<sup>2</sup>

### Abstrak

Kurangnya pengetahuan berdampak terhadap berbagai upaya yang dilakukan untuk mencegah penyakit asam urat, pencegahan dapat dilakukan dengan menjauhi makanan dan minuman yang dapat memicu penyakit asam urat, menurunkan berat badan, dan cukup minum air putih. Tujuan dari penelitian ini adalah Diketahui hubungan tingkat pengetahuan dan pola makan dengan kejadian asam urat pada lansia di Desa Pugung Penengahan, Kabupaten Pesisir Barat. Penelitian ini menggunakan metode penelitian analitik obeservasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 130 orang pralansia dan lansia di Posyandu Lansia Ija Do Puakhi Desa Pugung Penengahan, Kecamatan Lemong, Kabupaten Pesisir Barat. Jadi, jumlah populasi sampel yang dibutuhkan pada penelitian ini adalah 98 orang. Dalam penelitian sampel diambil menggunakan *teknik purposive sampling* dengan cara *simple random sampling*. Berdasarkan hasil uji statistik, didapatkan p-value 0,027, 0,023 dan 0,010 atau p-value < nilai  $\alpha$  (0,05) yang artinya terdapat hubungan tingkat pengetahuan, jenis makan dan frekuensi makandengan kejadian asam urat pada lansia Di Desa Pugung Penengahan Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2024. Berdasarkan hasil penelitian diatas, diharapkan responden dapat lebih rutin melakukan pemeriksaan kesehatan, melakukan olah raga, menjaga pola makan yang sehat serta rutin dalam mengikuti edukasi kesehatan di setiap pelayanan kesehatan.

**Kata Kunci:** Pengetahuan, Jenis Makan, Frekuensi Makan, Kejadian Asam Urat

### Abstract

*Lack of knowledge has an impact on various efforts made to prevent gout. Prevention can be done by avoiding food and drinks that can trigger gout, losing weight, and drinking enough water. The aim of this research is to determine the relationship between level of knowledge and eating patterns with the incidence of gout in the elderly in Pugung Penengahan Village, Pesisir Barat Regency. This research uses observational analytical research methods with a cross sectional approach. The population in this study was 130 pre-elderly and elderly people at the Ija Do Puakhi Elderly Posyandu, Pugung Penengahan Village, Lemong District, Pesisir Barat Regency. So, the sample population required for this research is 98 people. In this research, samples were taken using a purposive sampling technique using simple random sampling. Based on the results of statistical tests, p-values were obtained of 0.027, 0.023 and 0.010 or p-value <  $\alpha$  value (0.05), which means that there is a relationship between the level of knowledge, type of food and frequency of eating with the incidence of gout in the elderly in Pugung Penengahan Village, Pesisir Regency. West 2024. Based on the results of the research above, it is hoped that respondents will be able to carry out health checks more regularly, exercise, maintain a healthy diet and regularly participate in health education at every health service.*

**Keywords:** Knowledge, Type of Eating, Frequency of Eating, Incidence of Gout



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

### PENDAHULUAN

Asam urat artinya penyakit metabolik yang disebabkan sangat tingginya kadar asam urat dalam darah dampak mengonsumsi makanan yang mengandung purin hiperbola. Kadar asam urat yang hiperbola pada darah disebut hiperurisemia, sehingga dianjurkan buat

mengonsumsi kuliner rendah purin guna mengurangi kadar asam urat dalam darah. Asam urat pada darah merupakan akibat akhir asal enzim metabolisme purin. Kelainan metabolisme asam urat pada darah dapat menyebabkan hiperurisemia sebab adanya hubungan beberapa faktor seperti jenis kelamin, usia, genetika, gaya hidup, serta lingkungan. Jika tidak ditangani dengan sempurna, urisemia dapat mengancam jiwa (Yassin et al., 2023). Dampak buruk kelebihan asam urat diantaranya penurunan fungsi ginjal, keterbatasan olahraga, serta nyeri waktu beraktivitas. Kekakuan semakin parah ketika bangun pagi dan diikuti nyeri hebat saat bergerak. tetapi, kekakuan tadi tidak berlangsung lama, hanya berlangsung kurang dari 15 mnt. Akibatnya, saat kadar asam urat pada darah terlalu tinggi, kristal akan terkumpul pada sendi serta kapiler, saling bergesekan serta menembus setiap sel di dalam sendi, sebagai akibatnya menimbulkan nyeri hebat dan mengganggu kenyamanan (Fitriani et al., 2021).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, penyakit yg paling umum dialami lanjut usia meliputi asam urat (51,9%), penyakit stroke (46,1%), masalah gigi dan mulut (19,1%), dan penyakit paru obstruktif kronis (PPOK) menahun (8,6%) serta diabetes (4,8%). Sementara itu, dengan bertambahnya usia, gangguan fungsional akan meningkat ditunjukkan terjadinya disabilitas (Ar Dinatingtyas dan Angraeni 2022). Prevalensi penyakit asam urat pada Indonesia semakin meningkat. di Indonesia, prevalensi asam urat berdasarkan diagnosa tenaga kesehatan ialah 11,9% dan berdasarkan diagnosa atau gejala 24,7% jika dilihat dari karakteristik umur, prevalensi tinggi pada umur  $\geq 75$  (54,8%). Penderita wanita juga lebih banyak (8,46%) dibandingkan dengan pria (6,13%) (Resekdas, 2018). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar Provinsi Lampung, prevalensi penyakit asam urat berdasarkan diagnosa dokter di Provinsi Lampung sebanyak 7,61% dan di Kabupaten Pesisir Barat sebesar 20,27%, jika dilihat dari karakteristik umur 65–74 tahun (20,04%) sedangkan pada umur 55-64 tahun (17,72%). Pada karakteristik jenis kelamin penderita perempuan lebih tinggi (8,96%) dibandingkan dengan laki-laki (6,33%) (Riskesdas Provinsi Lampung, 2018). Kurangnya pengetahuan berdampak terhadap upaya pencegahan asam urat. Keadaan ini bisa dicegah dengan cara menghindari makanan dan minuman penyebab asam urat, menurunkan berat badan, serta mengonsumsi air putih. Orang yang mempunyai pengetahuan yang kurang dapat diperoleh dari berbagai sumber informasi melalui penyuluhan dan pendidikan kesehatan (Songigilan dan Kundre, 2019).

Pola ini pula terlihat di sikap makan lansia yang cenderung lebih mengonsumsi makanan bersantan serta gorengan dibandingkan makanan yg direbus, tetapi terkadang juga masih mengonsumsi jeroan dan daging bebek. Selain itu, masih banyak makanan tinggi purin yg masih dikonsumsi lansia seperti makanan laut, daging merah, kacang-kacangan, bayam, dan kangkung. Lansia tidak boleh lagi mengonsumsi usus bebek sebab kandungan purinnya tinggi, tetapi sebaiknya dihindari buat mencegah peningkatan kadar asam urat dalam darah (Songigilan serta Kundre, 2019). Berdasarkan hasil survei yang telah dilakukan di Puskesmas Lemong, Kabupaten Pesisir Barat. Puskesmas Lemong adalah salah satu jaringan sentra kesehatan di lokasi Pesisir Barat Kecamatan Lemong. Jumlah penduduk yang berdomisili dalam wilayah kerja Puskesmas Lemong sekitar 5.227 jiwa. Berdasarkan data di Puskesmas Lemong jumlah penderita asam urat yang tersebar di wilayah kerja Puskesmas Lemong pada bulan Januari hingga April 2024 sebanyak 1.053 kasus. Berdasarkan uraian tersebut maka, penulis tertarik untuk melakukan suatu penelitian “Hubungan Tingkat Pengetahuan Jenis Makan dan Frekuensi Makan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Lansia di Desa Pugung Penengahan, Kabupaten Pesisir Barat”.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian analitik obeservasional dengan pendekatan cross sectional yaitu data antara variabel independent (tingkat pengetahuan, jenis makan dan frekuensi makan) dan dependent (asam urat) dikumpulkan dalam waktu bersamaan. Metode penelitian ini dipilih karena peneliti mencari hubungan antara variabel yang akan diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 130 orang pralansia dan lansia di Posyandu Lansia Ija Do Puakhi Desa Pugung Penengahan, Kecamatan Lemong, Kabupaten Pesisir Barat. Jadi, jumlah populasi sampel yang dibutuhkan pada penelitian ini adalah 98 orang. Dalam penelitian sampel diambil menggunakan teknik purposive sampling dengan cara simple random sampling.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1. Usia**

Usia Responden	Frekuensi	Persentase (%)
46-52 tahun	58	59,1
53 - 59 tahun	40	40,9
<b>Jumlah</b>	<b>98</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa Di Desa Pugung Penengahan Kecamatan Lemong Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2024, sebagian besar responden berusia 46-52 tahun yang berjumlah 58 orang (59,1%).

**Tabel 2. Pendidikan**

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
PT	14	14,3
SD	6	6,1
SMA	52	53,1
SMP	26	26,5
<b>Jumlah</b>	<b>98</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa Di Desa Pugung Penengahan Kecamatan Lemong Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2024, sebagian besar responden mempunyai pendidikan SMA yang berjumlah 52 responden (53,1%).

**Tabel 3. Pekerjaan**

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
Buruh	37	37,8
PNS	8	8,2
Swasta	20	20,4
Wiraswasta	33	33,7
<b>Jumlah</b>	<b>98</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa Di Desa Pugung Penengahan Kecamatan Lemong Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2024, sebagian besar responden mempunyai pekerjaan sebagai buruh berjumlah 37 responden (37,8%).

**Tabel 4. Jenis Kelamin**

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-Laki	50	51,0
Perempuan	48	49,0
<b>Jumlah</b>	<b>98</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa Di Desa Pugung Penengahan Kecamatan Lemong Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2024, sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki yang berjumlah 50 responden (51,0%).

### Analisis Univariat

**Tabel 5. Tingkat Pengetahuan**

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang	41	41,8
Cukup	26	26,5
Baik	31	31,6
<b>Jumlah</b>	<b>98</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan Tabel 5 diketahui bahwa bahwa Di Desa Pugung Penengahan Kecamatan Lemong Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2024, sebagian besar responden mempunyai pengetahuan yang kurang berjumlah 41 responden (41,8%)

**Tabel 6. Jenis Makan**

Jenis Makan	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi Purin	41	41,8
Rendah Purin	57	58,2
<b>Jumlah</b>	<b>98</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan Tabel 6 diketahui bahwa bahwa Di Desa Pugung Penengahan Kecamatan Lemong Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2024, sebagian besar responden mempunyai jenis makan yang rendah purin berjumlah 57 responden (58,2%).

**Tabel 7. Frekuensi Makan**

Frekuensi Makan	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi Purin	44	44,9
Rendah Purin	54	55,1
<b>Jumlah</b>	<b>98</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan Tabel 7 diketahui bahwa bahwa Di Desa Pugung Penengahan Kecamatan Lemong Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2024, sebagian besar responden mempunyai frekuensi makan yang rendah purin berjumlah 54 responden (55,1%).

**Tabel 8. Kejadian Asam Urat**

Kejadian Asam Urat	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	55	56,1
Normal	43	43,9
<b>Jumlah</b>	<b>98</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan Tabel 8 diketahui bahwa bahwa Di Desa Pugung Penengahan Kecamatan Lemong Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2024, sebagian besar responden mempunyai kadar asam urat yang tinggi berjumlah 55 responden (56,1%).

### Analisis Bivariat

Untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dan pola makan dengan kejadian asam urat pada lansia di Desa Pugung Penengahan, Kabupaten Pesisir Barat, menggunakan uji *Chi-Square Test*, yaitu sebagai berikut:

### **Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Lansia**

Di Desa Pugung Penengahan Kecamatan Lemong Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2024, dari 41 responden yang mempunyai pengetahuan kurang, terdapat 22 responden (53,7%) mengalami kadar asam urat yang tinggi, sedangkan dari 31 responden yang mempunyai pengetahuan baik, terdapat 18 responden (58,1%) yang mengalami kadar asam urat normal. Berdasarkan hasil uji statistik, didapatkan p-value 0,027 atau p-value < nilai  $\alpha$  (0,05) yang artinya terdapat hubungan tingkat pengetahuan dengan kejadian asam urat pada lansia Di Desa Pugung Penengahan Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2024.

### **Hubungan Jenis Makanan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Lansia**

Di Desa Pugung Penengahan Kecamatan Lemong Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2024, dari 41 responden yang mengkonsumsi jenis makanan tinggi purin, terdapat 29 responden (70,7%) mengalami kadar asam urat yang tinggi, sedangkan dari 57 responden yang mengkonsumsi jenis makanan rendah purin, terdapat 31 responden (54,4%) mempunyai kadar asam urat yang normal. Berdasarkan hasil uji statistik, didapatkan p-value 0,023 atau p-value < nilai  $\alpha$  (0,05) yang artinya terdapat hubungan jenis makanan dengan kejadian asam urat pada lansia Di Desa Pugung Penengahan Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2024.

### **Hubungan Frekuensi Makan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Lansia**

Di Desa Pugung Penengahan Kecamatan Lemong Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2024, dari 44 responden yang frekuensi makannya tinggi purin, terdapat 31 responden (70,5%) mengalami kadar asam urat yang tinggi, sedangkan dari 54 responden yang frekuensi makannya rendah purin, terdapat 30 responden (55,6%) mempunyai kadar asam urat yang normal. Berdasarkan hasil uji statistik, didapatkan p-value 0,010 atau p-value < nilai  $\alpha$  (0,05) yang artinya terdapat hubungan frekuensi makan dengan kejadian asam urat pada lansia Di Desa Pugung Penengahan Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2024.

## **Pembahasan**

### **Karakteristik Responden**

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa di desa Pugung Penengahan, Kecamatan Lemong, Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2024, sebagian besar responden berusia 46-52 tahun yang berjumlah 58 orang (59,1%). Sebagian besar responden mempunyai pendidikan SMA yang berjumlah 52 responden (53,1%), sebagian besar responden mempunyai pekerjaan sebagai buruh berjumlah 37 responden (37,8%) dan sebagian besar berjenis kelamin laki-laki yang berjumlah 50 responden (51,0%). Konsekuensi asal penelitian di atas sinkron menggunakan penelitian Ridiala Afnohazy (2019) yang mengatakan ihwal faktor-faktor yg berafiliasi menggunakan asam urat pada orang lanjut usia, menggunakan jumlah holistik individu berada di rentang usia 51 serta 60 tahun. Para peneliti menyatakan bahwa orang lanjut usia mengonsumsi lebih sedikit vitamin, sehingga menyebabkan kadar asam urat lebih tinggi. Penelitian Norhamidah (2015) ihwal faktor-faktor yang berhubungan dengan asam urat, yg dilakukan di tempat tinggalsakit rawat jalan tempat tinggal Sakit Stroke Nasional Bukit tinggi pada tahun 2015, menemukan bahwa faktor usia tidak mempunyai korelasi yang signifikan antara usia dan kadar asam urat. Hal-hal mirip pekerjaan serta hubungan seksual cenderung mengakibatkan asam urat.

Berdasarkan Soraton (2015), pendidikan memengaruhi kompetensi intelektual seorang. Orang dengan pendidikan tinggi mempunyai kepandaian yg luar biasa. semakin tinggi pendidikan yg dimiliki, semakin sedikit perasaan positif yang akan dimiliki ihwal kebiasaan makan dan olahraga. Akibatnya, hiperurisemia lebih umum terjadi di pekerja yg mempunyai

keterampilan baik. yang akan terjadi penelitian membagikan bahwa seluruh partisipan bekerja di sektor perjuangan, yaitu wirausahawan (55,1%), sisanya ialah petani (36,2%) serta pegawai sektor publik (8,7%). berdasarkan Vetriani (2021), kadar urea darah di sampel non-kerja 74,4% lebih tinggi dibandingkan dengan sampel kerja. Derajat minat anggota yang menurun menyebabkan berkurangnya pengeluaran energi, sehingga dapat mengakibatkan penumpukan jaringan adiposa dan terganggunya metabolisme asam urat pada darah (Elias Nelly Oliva, Suprihartono Farid Agung, 2014).

Dalam hal popularitas pekerjaan, sebagian besar responden menganggur dan lima puluh 2,6% bunda tempat tinggal tangga mengeluhkan hiperurisemia. bunda-makyang menganggur umumnya cenderung lebih sedikit berolahraga pada rumah, menghabiskan lebih sedikit saat pada dapur, mengurus anak-anak, serta menonton televisi. Hal ini bisa menyebabkan bunda-bunda semakin jarang berolahraga, dan kebiasaan makan yang jelek juga dapat muncul menjadi faktor risiko kebugaran yg buruk menaikkan jumlah kelahiran anak-anak Anda. Penyakit ini mulai ada sesudah menopause. Prevalensi kadar asam urat yg hiperbola meningkat pada setiap negara maju serta berkembang, terutama di laki-laki -lakipria berusia 45-59 tahun. Kadar asam urat semakin tinggi seiring bertambahnya usia di laki-laki . (Heleana, 2013). Waktu ini tidak memiliki hormon estrogen yg berfungsi buat menaikkan sekresi asam urat, sedangkan perempuan memiliki hormon estrogen yang berfungsi buat meningkatkan sekresi asam urat. akan tetapi, seiring bertambahnya usia, sekresi estrogen akan menurun dan berhenti. perempuan lebih rentan terserang asam urat pada tahap menopause (Herliana, 2013).

Tidak lagi mempunyai hormon estrogen yang berperan dalam sekresi asam urat, sedangkan perempuan mempunyai hormon estrogen yg berperan dalam sekresi asam urat. namun, seiring bertambahnya usia, sekresi estrogen akan menurun serta terhenti. perempuan lebih rentan terjerang asam urat di waktu memasuki masa menopause (Herliana, 2013). Asam urat pada darah artinya akibat akhir dari enzim metabolisme piurin. Gangguan metabolisme asam urat dalam darah bisa menyebabkan hiperurisemia, yaitu kelebihan asam urat. Hiperurisemia terjadi akibat hubungan beberapa faktor yg meliputi jenis kelamin, usia, genetika, gaya hidup, serta lingkungan (Fawzi, 2018). Asam urat merupakan penyakit metabolik yg di gejalai dengan tingginya kadar asam urat pada darah, yang memengaruhi sendi, ginjal, dan organ lainnya. Asam urat memengaruhi kinerja tubuh secara holistik, produktivitas, serta kepuasan hayati penderita asam urat. Asam urat dapat mengancam jiwa Jika tidak ditangani menggunakan tepat (Singh, 2013). Kadar asam urat darah normal pada laki-laki pria merupakan 0,18-0,42 mmol/L (tiga,0-7,0 mg/dL) dan pada wanita 0,13-0,34 mmol/L (dua,2-5,7) mg/dL (Amalia, 2017). Penelitian sudah menandakan bahwa pria yg berusia di atas empat puluh empat tahun memiliki kadar asam urat yang lebih tinggi. sebab lakipria tidak mempunyai hormon estrogen, kadar asam urat dalam darahnya pasti lebih tinggi daripada wanita, sehingga lebih sulit bagi asam urat buat dikeluarkan melalui urin. wanita yg lebih muda lebih rentan terhadap kadar asam urat yang tinggi, namun kadar asam urat dalam darah meningkat waktu wanita memasuki masa menopause.

### **Tingkat Pengetahuan**

Akibat survei membagikan bahwa di Desa Bogong Piningahan, Kecamatan Limung, Kabupaten Pesisir Barat di tahun 2024, sebagian akbar peserta belum memiliki statistik serta jumlah penyumbang menjadi 41 orang (41,8%). Faktor-faktor yg menyebabkan asam urat mencakup: Genetika atau riwayat keluarga. salah satunya ialah peningkatan asupan bahan-bahan termasuk piurin. Inti sel hidup kaya akan piurin, sebagai akibatnya bahan kimia tadi dapat ditemukan di hampir semua sumber protein kuliner, termasuk daging. Daging organ,

kuliner bahari, sayuran, biji-bijian, kacang-kacangan, serta sedikit air dapat menyebabkan kerusakan ginjal. Piurin mudah disaring melalui glomerulus dan dimuntahkan melalui urin. Jumlah piurin yang berlebihan dalam tubuh mempertinggi kadar asam urat pada tubuh, yang menyebabkan pembentukan kristal pada dalam sendi dan akibatnya dilema sendi. Jumlah asam urat yang hiperbola pada darah dapat menyebabkan pembentukan kristal, dan teralalu poly asam urat dalam cairan sendi bisa menyebabkan asam urat. Bila tak diobati, asam urat dapat terjadi. Info yang dimiliki seseorang adalah hasil dari usahanya dalam mencari kabar dan masalah yg dihadapinya. pergerakan serta perjuangan insan pada mencari kebenaran dan dilema yg dihadapinya jelas ialah tujuan asal apa yg dianggap sebagai kodrat insan. Tujuan insan mendorongnya buat memperoleh apa yang dibutuhkannya. yg membhinekakan seseorang dengan orang lain adalah perjuangan yang dilakukannya buat mencapai tujuannya (Sangaji, 2018). Dari yang akan terjadi penelitian di atas, peneliti berpendapat bahwa tingkat pengetahuan sebagian besar individu masih rendah karena peserta memiliki pendidikan yg rendah serta belum tahu ihwal penyakit asam urat atau pengetahuan yg kurang. Hal ini disebabkan karena faktor gizi.

### **Pola Makan (Jenis Makan Dan Frekuensi Makan)**

Pada survei tahun 2024, sebagian akbar rakyat anggota Desa Pugung Penengahan (Kecamatan Limung, Pesisir Barat) mengonsumsi kuliner rendah piurin, yaitu sebanyak lima puluh tujuh orang anggota (5 puluh delapan, dua%) yang mencapai sasaran tersebut produk piurin, menggunakan 54 orang kontributor (lima puluh 5,1%). Penelitian yg dilakukan Rennie (2017) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan atau  $p = 0,001$  antara pola asupan piurin menggunakan kadar asam urat pada lansia pada Poshandu Peduri Insani Mendungan, Desa Pabelan. Hal ini sesuai menggunakan penelitian yg dilakukan di Kecamatan Kaltasula, Kabupaten Sukoharjo. Florence et al. (2019) menyatakan bahwa mengonsumsi kuliner yg mengandung piurin secara hiperbola secara rutin akan mempertinggi kadar asam urat pada darah. dari mereka, piurin yang terdapat dalam kuliner akan diubah menjadi asam urat. Piurin sendiri ialah senyawa alami sederhana yg menyusun asam nukleat, atau zat utama penyusun asam amino, yang ialah bahan penyusun protein. Asam urat dalam tubuh tidak boleh terlalu poly. Kelebihan ini ditimbulkan sang stimulan, makanan yang mengandung piurin tinggi, dan senyawa lainnya. Berasal penelitian danteori pada atas, para peneliti meyakini bahwa poly unsur yang sangat ditentukan sang bahan kuliner yg kaya piurin serta kuliner laut. Hal ini dikarenakan piurin ada di bahan tambahan pangan serta asam nukleat pada bentuk protein inti. Penelitian memberikan bahwa dominan lebih suka mengonsumsi ubi jalar, unggas, serta kentang. Bakso, tahu, jamur, kubis, kacang hijau, tempe, bayam, sarden, pisang, pasta, telur, ikan teri, jeroan, produk tepung (goreng) serta hampir semua kacang-kacangan bisa dikonsumsi 3x sehari. setelah mengonsumsi bahan makanan yang mengandung piurin, terjadi hidrolisis pada pada usus. Asam nukleat dilepaskan berasal nukleoprotein di bawah gerakan enzim pencernaan, yg dapat dihidrolisis melalui xantin oksidase menjadi piurin serta pirimidin, serta asam urat diproduksi melalui xantin oksidase.

### **Kejadian Asam Urat**

Berasal pantauan tahun 2024 pada Desa Pugung Penengahan, Kabupaten Pesisir Barat Barat, Kabupaten Limung, sebagian besar wargamemiliki kadar asam urat berlebih, yakni sebesar 5 puluh lima orang (56,1%) yang akan terjadi penelitian ini sejalan dengan penelitian Galian (2018) yang dilakukan pada tahun 2017 pada RSUD Bahramasu, Sulawesi Tenggara, yg menguji faktor-faktor yang berhubungan dengan perkembangan asam urat di insan berusia 20 sampai 44 tahun. Faktor-faktor yg mempengaruhi terjadinya asam urat meliputi hubungan

antara kadar asam urat serta piurin, hubungan antara asam urat serta olahraga, hubungan antara asam urat dan tekanan darah, dan hubungan antara asam urat dan riwayat famili. Ridhoputri (2019), asam urat sendiri merupakan zat residu hasil metabolisme piurin, serta piurin paling banyak berasal dari makanan, terutama daging, jeroan, sayur-sayuran, serta kacang-kacangan. Faktor-faktor seperti pola makan dan gaya hayati mempengaruhi kadar asam urat dalam tubuh dan dapat menaikkan kadar asam urat. ada 2 alasan primer terjadinya peningkatan kadar asam urat ini. salah satunya adalah buat menaikkan produksi asam urat pada tubuh, serta yg ke 2 merupakan buat mencegah tubuh mengeluarkannya. Secara umum, asam urat larut pada darah sampai batas tertentu, tetapi saat kadar asam urat dalam darah melebihi kadar yang larut, maka terjadi peningkatan saturasi plasma atau yg disebut menggunakan hiperurisemia atau asam urat. Asal uraian diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara makanan menggunakan kadar asam urat, karena sebagian besar warga Desa Bogong Peningahan memiliki perilaku makan yang kurang baik dan kadar asam uratnya lebih tinggi asal normal. Hal ini memberikan bahwa orang yg mengonsumsi piurin memiliki risiko lebih tinggi terkena kadar asam urat tinggi, serta kadar yang lebih tinggi berasal homogen-rata wajib dicegah. lebih banyak didominasi orang, terutama mereka yg mempunyai kadar asam urat tinggi, tidak selalu sadar bahwa peningkatan metabolisme piurin pada tubuh menimbulkan bahaya besar berupa peningkatan kadar asam urat dalam darah.

### **Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Asam Urat**

Berdasarkan yang akan terjadi penelitian diduga berada pada Desa Pugun Penengahan Kecamatan Lemmon Kabupaten Pesisir. dalam Survei Barat tahun 2024, dari 41 peserta menggunakan data terbatas sebesar 22 orang (53,7%) memiliki kadar asam urat tinggi, serta berasal 31 peserta dengan data tinggi sebanyak 18 orang (58,1%) mempunyai kadar asam urat tinggi. kadar asam urat normal yang akan terjadi uji statistik menunjukkan bahwa nilai  $p$  sebagai 0,027, ini berarti nilai  $p < \alpha$  (0,05), serta ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan prevalensi asam urat di lansia di Pakkan, Penang, Beshishir dan Barat. Faktor-faktor yang menyebabkan asam urat ialah genetika serta catatan keluarga. salah satu faktor yang berkontribusi adalah peningkatan konsumsi piurin dan bahan-bahan lainnya. karena piurin ditemukan pada jumlah banyak di pada inti sel hidup, bahan kimia tadi ditemukan pada hampir semua sumber protein, termasuk daging, jeroan, kuliner laut, sayuran, biji-bijian, serta kacang-kacangan, serta di banyak sumber, bahkan dalam jumlah yang tidak mencukupi. dehidrasi bisa mengganggu ginjal piurin menggunakan mudah disaring melalui glomerulus serta dimuntahkan melalui urin. Jumlah piurin yang berlebihan dalam tubuh akan meningkatkan kadar asam urat pada tubuh, yang menyebabkan pembentukan kristal di pada sendi serta, sang sebab itu, problem sendi. Asam urat yang terlalu banyak dalam darah bisa menyebabkan terbentuknya kristal, dan asam urat yang berlebihan pada cairan sendi bisa mengakibatkan asam urat. Jika tidak diobati, asam urat bisa meluas.

Konsekuensi: Jika penderita asam urat tidak memperhatikan pengobatan rutinnya, mereka akan mengalami nyeri sendi termasuk radang sendi serta kelainan bentuk sendi. Jika radang sendi memburuk, syarat ini akan kambuh lagi sebab sendi menjadi lebih nyeri serta kristal terbentuk lebih banyak selama bertahun-tahun. Kristal dapat timbul pada saluran kemih dan menyebabkan gagal ginjal (Sani dan Avni, 2019). Selain itu, kadar asam urat yang tinggi berdampak pada penampilan fisik, mensugesti anggota tubuh, kualitas hidup, serta kinerja kerja, meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular, penyakit ginjal, serta kematian (Indrayani serta Roesmono, 2021). Keahlian seorang adalah hasil asal usahanya buat menemukan liputan serta masalah yg dihadapinya. konvoi dan usaha yg dilakukan insan buat menemukan kebenaran dan masalah yg dihadapinya pada dasarnya dikenal menjadi sifat atau

pilihan manusia. Pilihan manusia mendorong Anda buat mencapai apa yg Anda butuhkan. perberbedabhineka antara satu individu menggunakan yg lain artinya usaha yang dilakukannya buat mencapai pilihannya (Sangazi, 2018).

Hal ini sesuai menggunakan akibat penelitian sebelumnya tentang “korelasi Pengalaman Penyakit Asam Urat dan sikap Pencegahan Penyakit Asam Urat” yang dilakukan sang Virman Ardhyatma et al. (2017). di kelompok lanjut usia, uji peringkat Spearman menyampaikan nilai ap sebanyak 0,001 oleh karena itu, mereka menemukan korelasi antara pemahaman wacana asam urat serta perilaku pencegahan asam urat pada Kabupaten Busiandu Budi Mulia Nibire, Nibire, dan Ponorogo. Penelitian tadi menemukan bahwa Bila lansia memiliki pengetahuan yg tepat ihwal asam urat, mereka jua cenderung mempunyai sikap pencegahan asam urat yg tepat sebab pengetahuan wacana asam urat memiliki efek yg besar terhadap perilaku mereka. asal yang akan terjadi di atas, para peneliti mendapatkan kenyataan bahwa meskipun sebagian besar peserta memiliki pemahaman yg relatif, kuliner yang mereka makan secara teratur mengandung piurin yg tinggi, termasuk jeroan, tahu, ikan teri, dantempe. tetapi, ada juga orang yg mengonsumsi berbagai macam kuliner meskipun pengetahuan mereka terbatas. Kandungan piurin yg rendah ini ditimbulkan sang berita bahwa peserta tak menyukai makanan mirip rhubarb, memahami, ikan teri, serta tempe serta lebih menyukai sayuran.

### **Hubungan Pola Makan (Jenis Makan Dan Frekuensi Makan) Dengan Kejadian Asam Urat**

Pada penelitian ini, sebanyak 41 orang responden yang mengonsumsi kuliner tinggi piurin di Desa Bogong, Kecamatan Peningahan, Kabupaten Pesisir Barat Barat, Kabupaten Limung pada tahun 2024. sebesar 29 responden (70,7%) mengalami peningkatan kadar asam urat, dan asal 57 responden yg mengonsumsi makanan rendah piurin, sebesar 31 responden (54,4%) mengalami kadar asam urat harian. di tahun 2024, di Desa Bujong Peningahan, Kecamatan Limung, Kabupaten Pesisir Barat, sejumlah empat puluh empat peserta menggunakan asupan piurin kuliner tinggi, 31 orang (70,5%) memiliki kadar asam urat tinggi dan 54 orang peserta memiliki konsumsi piurin tinggi. banyak sekali subjek, 31 orang (70,5%) mempunyai kisaran asam urat tinggi. Konsekuensi dari penelitian ini jua sejalan menggunakan hasil penelitian Galian et al. (2018) yg melakukan observasi pada Klinik Betlomas, Pulau Sulawesi Tenggara, yg menemukan hubungan antara konsumsi piurin kuliner dengan kadar asam urat pada manusia berusia 20 sampai 44 tahun, dengan nilai  $p = 0,043$  di tahun 2017. bisa disimpulkan bahwa kuliner yg kaya piurin diubah menjadi asam urat. menyediakan 85% senyawa piurin yg dibutuhkan sang tubuh setiap harinya. Piurin ada pada bahan kuliner, terutama udang, makanan bahari, cumi-cumi, kepiting, tiram serta bahan kuliner lain yg tinggi piurin sebab bisa secara langsung mengakibatkan produksi piurin. Bentuk kadar asam urat darah dapat meningkat karena sekresi asam urat yang berkurang, serta piurin yang berlebihan pada makanan juga dapat meningkatkan produksi asam urat. akibat penelitian ini pula sejalan menggunakan penelitian (Hambataru et al., 2018) yg menunjukkan adanya hubungan antara konsumsi makanan kaya piurin dengan kadar asam urat di lansia di Desa Toronlejo, Kecamatan Ngantan Kabupaten Ngantan menggunakan nilai signifikansi  $p = 0,014$ . Mengingat kadar asam urat seseorang atau pada atas kadar normal dapat ditimbulkan sang berbagai faktor, maka bisa disimpulkan bahwa ada hubungan yang sangat erat antara pola makan dengan kadar asam urat. galat satu misalnya adalah kadar asam urat, yaitu kuliner yg mengandung piurin tinggi. Piurin adalah senyawa yang dimetabolisme dalam tubuh sebagai akibatnya pada akhirnya membuat asam urat. Sejalan menggunakan Galiana (2018) bahwa ada hubungan yg baik atau signifikan antara pola makan dengan asupan kuliner dan penelitiannya menunjukkan adanya hubungan antara kadar piurin

dan asam urat, asupan makanan, serta pola makan. Gangguan metabolisme (asam urat) artinya dampak asal peningkatan produksi (produksi berlebih) dan penurunan sekresi (produksi kurang) asam urat, yang berakhir di kadar asam urat yang tinggi pada dalam tubuh. Sang karena itu, krusial buat memasukkannya pada program penurunan berat badan asam urat. Semakin polypurin, meningkat kadar asam urat dalam darah. Purin diproduksi atau disintesis sang tubuh sendiri berasal unsur-unsur mirip CO, glutamin, asam aspartat, asam folat, danglisin. Purin dikirim ke hati, pada mana mereka dapat dioksidasi dandiubah menjadi asam urat. Dipercayai bahwa asam urat berlebih dikeluarkan melalui ginjal.

Purin pada makanan merupakan asam nukleat dalam bentuk nukleoprotein, serta ialah konsep bahwa asam nukleat tadi dilepaskan berasal nukleoprotein serta dipecah menjadi purin ketika diserap oleh enzim pencernaan di usus, pirimidin. Sang sebab itu, jika kadar asam urat darah terlalu tinggi tanpa mengubah program penurunan berat badan, kristal asam urat akan terkumpul, dan saat kristal terbentuk pada dalam cairan sendi, penyakit yang dikenal menjadi asam urat terjadi. (Asam urat) mungkin terdapat tantangan bahwa ketika gejalanya memburuk, asam urat pula dapat menumpuk pada ginjal dalam bentuk batu ginjal. (Batu ginjal) (Plasteanigram dan Amalia, 2016). Menggunakan efeknya, para peneliti menentukan bahwa beberapa kontributor memakan ubi jalar, ayam, daging cincang, memahami, jamur, kubis, kacang-kacangan, tempe, bayam, sarden, pisang, pasta, dan sebagainya. Mereka mengamati bahwa mereka lebih cenderung memakan jenis kuliner ini, seperti dalam perilaku makan "Anda ingin makan dengan baik". Telur, ikan teri, jeroan, kuliner panggang (goreng) dan kacang-kacangan sudah dimakan hampir setiap hari. Meskipun kadar asam urat permanen rendah selama Meskipun para peserta menjalani pola hidup sehat serta berolahraga secara teratur, beberapa pada antaranya memiliki kadar asam urat yang hiperbola meskipun mengonsumsi kuliner dengan sah, karena kurangnya dukungan famili dan kurangnya data ilmiah ihwal penyebab asam urat.

## KESIMPULAN

Konsekuensi dari penelitian tahun 2024 wacana korelasi antara taraf pengetahuan, jenis makanan, frekuensi makan serta peristiwa asam urat di Desa Bogong Piningahan, Kecamatan Limung bisa dirangkum sebagai berikut.

1. Sebagian besar responden mempunyai tingkat pengetahuan yang kurang berjumlah 41 responden (41,8%).
2. Sebagian besar responden mempunyai jenis makan yang rendah purin berjumlah 57 responden (58,2%) dan sebagian besar responden mempunyai frekuensi makan yang rendah purin berjumlah 54 responden (55,1)
3. Sebagian besar responden mempunyai kadar asam urat yang tinggi berjumlah 54 responden (55,1%)
4. Hasil dari analisis uji chi square antara variabel bebas tingkat pengetahuan dengan variabel terikat berupa kejadian asam urat menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan dari keduanya dengan nilai p value = 0,027.
5. Hasil dari analisis uji chi square antara variabel bebas jenis makan dengan variabel terikat kejadian asam urat menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan dari keduanya dengan nilai p value = 0,023.
6. Hasil dari analisis uji chi square antara variabel bebas frekuensi makan dengan variabel terikat kejadian asam urat menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan dari keduanya dengan nilai p value = 0,010.

## Saran

1. Bagi Desa Pugung Penengahan, diperlukan perangkat desa bersama perangkat desa dapat merencanakan serta melaksanakan penyuluhan dan kenaikan pangkat kesehatan ihwal pencegahan asam urat menggunakan bekerja sama dengan wahana kesehatan seperti fasilitas kesehatan masyarakat dandinas kesehatan warga, leaflet dan buku panduan bagi warga yang mempunyai masalah kesehatan khususnya asam urat.
2. Bagi Institusi Pendidikan, Kami berharap bahwa penelitian ini dapat bermanfaat serta informatif buat melatih dan memberi model pada mahasiswa perihal jenis dan frekuensi kuliner yang wajib mereka konsumsi supaya tidak berdampak pada kadar asam urat mereka.
3. Bagi Responden, sesuai akibat survei, masyarakat disarankan buat menjalani pemeriksaan kebugaran jasmani secara rutin, berolahraga, mengonsumsi makanan sehat, serta mengikuti acara pelatihan kesehatan yg diselenggarakan oleh puskesmas.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya, pemeriksaan dapat dilakukan bersamaan menggunakan banyak sekali faktor yg bisa memengaruhi kadar asam urat pada darah di orang lanjut usia, mirip olahraga serta tekanan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, Fredy, et al. "Pelatihan dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia di Kecamatan Wonomulyo." *Jurnal Abdidas* 2.2 (2021): 392-397
- Amalia, S. R., & Suprayitno, E. (2017). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Asam Urat Di Puskesmas Gamping I* (Doctoral dissertation, Universitas' Aisyiyah Yogyakarta).
- Amiruddin, Mirwana. Dkk. 2019. Pola Konsumsi sebagai Faktor Risiko Kejadian Penyakit Asam Urat pada Masyarakat Pesisir Teluk Parepare. *Jurnal Ilmiah Manusia dan Kesehatan*. Vol 02 No 2. Universitas Muhammadiyah Parepare
- Anwar.S, & Yulia.V. (2020). penyuluhan tentang pernafasan tanaman obat herbal untuk penyakit asam urat
- Ardhiatma, F., Rosita, A., & MujiLestariNingsih, R. E. (2017). Hubungan antara pengetahuan tentang gout arthritis terhadap perilaku pencegahan gout arthritis pada lansia. *Global Health Science*, 2(2).
- Ardiningtyas, Lisa, and Dyta Anggraeni. "Pemeriksaan Kesehatan Lansia Dan Edukasi Pemanfaatan Bahan Pangan Sebagai Pengobatan Alternatif Hipertensi Di Kelurahan Paudean Kec. Lembeh Selatan Kota Bitung." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara* 4.2 (2022): 46-53.
- Fauzi, M. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Asam Urat Di Padukuhan Bedog Trihanggo Gamping Sleman Yogyakarta. Skripsi. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Yogyakarta, Yogyakarta.
- Fitriani, R., Azzahri, L. M., Nurman, M., & Hamidi, M. N. S. (2021). Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat (Gout Arthritis) Pada Usia Dewasa 35-49 Tahun. *Jurnal Ners*, 5(1), 20-27.
- Flaurensia, V., Kussoy, M., & Wowiling, F. (2019). Asam Urat Di Puskesmas. 7.
- Fredy Akbar, Darmianti, Farmin Arfan, Andi Ainun Zanzadila Putri "Pelatihan dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia di Kecamatan Wonomulyo." *Jurnal Abididas Volume 2 Nomor 2 Tahun 2021*
- Gibson, RS. 2005. *Principles of Nutritional Assesment*. New York: Oxford University Press
- Hambatara, S. A., Sutriningsih, A., & Warsono. (2018). Hubungan Antara Konsumsi Asupan Makanan Yang Mengandung Purin Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Desa Tulungrejo Kecamatan Ngantang. *Nursing News*, 3(1), 719-728

- Herliana Ersi. 2013. *Penyakit Asam Urat Kandas Berkat Herbal*. Jakarta. Fmedia
- Hia, S,B,N. 2020 Hubungan Pengetahuan dan Pola Makan dengan Status Gizi Remaja di Desa . Medan: Fakultas Kesehatan Poltekkes Medan
- Ilyas, Nelly Olifa, Fred Agung Suprihartono, and Maryati Dewi. "Beberapa Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hiperurisemia pada Pasien Rawat Jalan di RS Dustira Cimahi." *Gizi Indonesia* 37.2 (2014): 91-100.
- Indrayani, S., Roesmono, B., & Sulaeman, S. (2021). Hubungan antara pengetahuan dan sikap lansia dalam upaya pencegahan penyakit gout artritis. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Dan Kebidanan*, 1(1), 27-33.
- Irmawati, R. J., Elsi Tandi Pailan, and Baharuddin Baharuddin. "Analisis Faktor Risiko Gout Arthritis." (2023)
- Iskandar, J. (2013). *Rematik dan Asam Urat*. Jaskarta: Bhuana Ilmu Pustaka
- Jaliana, Suhadi, Muh Ode L, Sety. 2018. "Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Asam Urat pada Usia 20-44 Tahun di RSUD Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2017". *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*. Vol.3/No.2 April 2018: ISSN 2502-73 IX.
- Kanbara, A., Hakoda. *Urine Alkalization Facilitates Urid Acid Excretion*, *Nutritional Journal* 2010
- Kemenkes, R. I. "Risikedas Provinsi Lampung 2018." *Kementrian Kesehatan RI. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan* (2019).
- Kertia, N2009, *Asam urat*, Bfirst, Yogyakarta
- Komariah, A 2015, *Pengaruh Senam Ergonomis Terhadap Kadar Asam Urat pada Lansia dengan Gout di Pos Binaan Terpadu Kelurahan Pisangan Ciputat Timur*
- Kudha, A. K., Yauri, I., & Langelo, W. (2017). *Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Di Desa Kolongan Kecamatan Kalawat* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE).
- Kussoy, Veronica Flaurensia Magdalena, Rina Kundre, and Ferdinand Wowiling. "Kebiasaan Makan Makanan Tinggi Purin Dengan Kadar Asam Urat Di Puskesmas." *Jurnal Keperawatan* 7.2 (2019).
- Lusiana, Nova. Dkk. 2019. *Korelasi Usia dengan Indeks Massa Tubuh, Tekanan Darah Sistol-Diastol, Kadar Glukosa, Kolesterol, dan Asam Urat*. *Journal of Health Science and Prevention*. Vol 3 No 2. Surabaya: UIN Sunan Ampel
- Maryam. *Perawatan Lansia*. Jakarta: BinaPustaka, 2008.
- Masturah, Imas Nauri Anggita. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PusatPendidikanSumberDayaManusiaKesehatan, 2018.
- Notoatmodjo, S.2014. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2011. *Kesehatan Masyarakat: Ilmu dan Seni*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Noviyanti. (2015). *Hidup Sehat Tanpa Asam Urat*. Yogyakarta: PT SUKA BUKU
- Nurhamidah, N., & Nofiani, S. (2015). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Pasien Rawat Jalan Di Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi Tahun 2015. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 2(2).
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Ed. 4. Jakarta: Salemba Medika
- Okayanti, N. P. (2021). *Gambaran Perilaku Lansia Dengan Gout Arthritis Di Desa Manggis, Kec. Manggis, Kab. Karangasem Tahun 2021* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Denpasar).

- Prasetyaningrum, E., & Amalia, Y. (2016). Pengaruh pola hidup terhadap kenaikan asam urau. *Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi*, 1-6.
- Purwandari, Nila Putri. "Gambaran pola makan pada penderita asam urat di desa gondang manis." *Jurnal Profesi Keperawatan (JPK)* 9.1 (2022): 34-43.
- RI, Kemkes. "Peraturan menteri kesehatan republik indonesia nomor 34 tahun 2022 tentang Akreditasi pusat kesehatan masyarakat, klinik, laboratorium kesehatan, unit transfusi darah, tempat praktik mandiri dokter, dan tempat praktik mandiri dokter gigi." *Kemkes RI 1207* (2022): 1-16.
- Ridhoputrie, M., Karita, D., Romdhoni, M. F., & Kusumawati, A. (2019). Hubungan Pola Makan Dan Gaya Hidup Dengan Kadar Asam Urat Pralansia Dan Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas I Kembaran, Banyumas, Jawa Tengah. *Herb-Medicine Journal: Terbitan Berkala Ilmiah Herbal, Kedokteran dan Kesehatan*, 2(1).
- Rini. (2017). Hubungan Jenis Kelamin dan Asupan Purin dengan Kadar Asam Urat pada Lansia di Posyandu Peduli Insani Mendungan Desa Pabelan Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo. (Publikasi Ilmiah, Universitas Muhammadiyah Surakarta). Diakses pada 28 Mei 2021
- Sangaji, J., Jayanti, S., & Lestantyo, D. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku tidak aman pekerja bagian lambung galangan kapal PT X. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(5), 563-571.
- Sani, F. N., & Afni, A. C. N. (2019). Pengaruh pemberian jus sirsak (*Annona muricata* Linn) terhadap kadar asam urat pada lansia dengan GOUT. *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 10(2), 634-645.
- Silpiyani, Silpiyani, Wasis Eko Kurniawan, and Tophan Heri Wibowo. "Karakteristik Responden Lansia Penderita Asam Urat Di Desa Pageraji Kecamatan Cilongok." *Sentri: Jurnal Riset Ilmiah* 2.5 (2023): 1818-1828.
- Songgigilan, A. M., Rumengan, I., & Kundre, R. (2019). Hubungan pola makan dan tingkat pengetahuan dengan kadar asam urat dalam darah pada penderita gout arthritis di Puskesmas Ranotana Weru. *Jurnal keperawatan*, 7(1).
- Sudoyo A.W. 2006. Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam. Ed V Jilid III. Jakarta :Interna Publishing. 1709-1713.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta, 2016.
- Suraiko IP. *Penyakit Degeneratif, Mengenal Mencegah dan Mengurangi Resiko 9 Penyakit Degeneratif*. Yogyakarta: Nuha Medika, 2012.
- Suratun, S. (2015). Penatalaksanaan Tindakan Batuk Efektif Pada Pasien Tb Paru Di Rumah Sakit Khusus Paru Palembang Tahun 2010. *Masker Medika*, 3(2), 30-35.
- Sutanto. *Awat 7 Penyakit Degeneratif*. Yogyakarta: Paradigma Indonesia, 2010.
- Ulfyah, Hamidatu. 2013. Hubungan antara Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Wanita Menopause dalam Upaya Pencegahan Penyakit Gout di Kelurahan Pisangan. Skripsi. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah
- Utami, P. *Tanaman Obat untuk Mengatasi Reumatik dan Asam Urat*. Jakarta: Agromedia Pustaka
- Wahyuni, dkk. 2020. *OtBook+ Petunjuk Diet Laboratorium Klinis, Interaksi Obat dengan Makanan Edisi Kedua*. Bogor: OtGroup
- Weaver, AL. 2008. Epidemiology of Gout. *Cleveland Clinic Journal of Medicine*, Vol 75 No 5, pp. 59-510
- Yasin, Lindawati R., Rona Febriyona, and Andi Nur Aina Sudirman. "Pengaruh Air Rebusan Kumis Kucing terhadap Penurunan Asam Urat di Desa Manawa Kecamatan Patilanggio." *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan* 3.1 (2023): 49-59.