

---

PENGARUH HUBUNGAN ASUPAN SUMBER PURIN DAN AKTIFITAS FISIK TERHADAP KADAR ASAM URAT

Oleh

Lisa Hidayati

Fakultas Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat. Institut Kesehatan Prima  
Nusantara

E-mail: [lisahidayatidnr@gmail.com](mailto:lisahidayatidnr@gmail.com)

---

**Article History:**

Received: 11-06-2022

Revised: 22-06-2022

Accepted: 16-07-2022

**Keywords:**

Pembiayaan, Jual Beli,  
Pembiayaan Bagi Hasil,  
Kinerja Keuangan

**Abstract:** Asam urat dikenal di masyarakat sebagai sebutan suatu penyakit, tetapi sebenarnya asam urat produk akhir metabolisme purin yaitu hasil degradasi purine nucleotide bahan penting bagi tubuh. Faktor yang mempengaruhi terjadinya asam urat salah satunya gaya hidup, gaya hidup yang dimaksudkan adalah aktifitas fisik, pola makan dan kebiasaan istirahat. Tujuan penelitian mengetahui distribusi frekuensi asupan purin dan mengetahui frekuensi aktifitas fisik pada masyarakat, serta menganalisis antara hubungan aktifitas fisik dan hubungan asupan purin terhadap kadar asam urat pada masyarakat di Kelurahan Gumuruh Kecamatan Batununggal Bandung pada Tahun 2018. Penelitian ini menggunakan metode analitik kolerasi pendekatan cross sectional. Sampel penelitian adalah wanita dan pria berusia > 25 tahun yang berada di Kelurahan Gumuruh Kecamatan Batununggal. Teknik pengambilan menggunakan teknik Accidental sampling. Pengumpulan data berupa formulir, kuisisioner dan wawancara untuk mengkaji aktifitas fisik dan asupan purin. Untuk melihat adanya hubungan asupan purin dan aktifitas fisik terhadap asam urat menggunakan nilai p-value < 0,05. Hasil yang didapatkan yaitu p-value 0,249 >  $\alpha$  (0,05) yang berarti tidak ada hubungan asupan sumber purin dengan kadar asam urat, dan p-value 0,807 >  $\alpha$  (0,05) yang berarti tidak ada hubungan dengan aktifitas fisik dengan kadar asam urat pada warga di Kelurahan Gumuruh Kecamatan Batununggal Bandung tahun 2018. Penelitian berikutnya perlu dilakukan untuk menyempurnakan pembahasan dan variabel penelitian.

---

## PENDAHULUAN

Perkembangan ekonomi Hidup sehat adalah sesuatu yang menjadi keinginan setiap orang. Kesehatan itu sendiri adalah sebuah anugerah yang luar biasa. Gaya hidup modern telah menjebak manusia dalam kehidupan yang serba instan, praktis, dan cepat. Dilihat dari sudut pandang kesehatan, gaya hidup seperti ini tentu saja menimbulkan dampak yang tidak menguntungkan. Produksi bahan pangan dituntut serba cepat, sehingga dilakukan rekayasa biologi. Makanan instan dan cepat saji mudah didapat, tetapi miskin gizi dan mengandung bahan pengawet<sup>1</sup>.

Manusia modern tidak mempunyai banyak waktu dan istirahat yang cukup. Tuntutan kerja tinggi dan waktu yang terbatas membuat mereka terjebak stres. Pola makan dan istirahat pun tidak teratur. Selain, itu masalah lingkungan, seperti polusi air dan udara juga turut menyumbang dampak negatif terhadap kesehatan. Akibat dari itu semua, banyak orang terserang berbagai macam penyakit, mulai dari penyakit-penyakit ringan hingga penyakit - penyakit yang mematikan<sup>2</sup>.

Menerapkan pola hidup sehat agar terhindar dari penyakit menjadi hal yang sangat sulit bagi orang-orang modern ini. Asam urat lebih dikenal dimasyarakat sebagai sebutan untuk suatu penyakit, tetapi sebenarnya asam urat merupakan produk akhir metabolisme purin yaitu hasil degradasi *purine nucleotide* yang merupakan bahan penting dalam tubuh sebagai komponen dari asam nukleat dan penghasil energi dalam inti sel. Asam urat selalu ada dalam tubuh manusia, yang apabila kadarnya meningkat dapat menimbulkan beberapa keluhan. Peningkatan kadar asam urat darah atau *hiperurisemia* adalah kadar asam urat darah di atas 7 mg/dl pada laki-laki dan diatas 6 mg/dl pada perempuan. Asam urat merupakan salah satu penyakit metabolik (*metabolic syndrome*) yang terkait dengan pola makan diet tinggi purin dan minuman beralkohol<sup>3</sup>.

Penelitian di Taiwan tahun 2013 prevalensi penyakit asam urat sebesar 41,4% dan meningkat sebesar 0,5 % setiap tahun. Penyakit asam urat diperkirakan terjadi pada 840 orang dari setiap 100.000 orang. Prevalensi penyakit asam urat di Indonesia terjadi pada usia dibawah 34 tahun sebesar 32% dan diatas 34 tahun sebesar 68%. Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2013, sebesar 81% penderita asam urat Indonesia hanya 24 % yang pergi ke dokter, sedangkan 71% cenderung langsung mengkonsumsi obat-obatan pereda nyeri yang dijual bebas<sup>4</sup>.

Penyakit asam urat di Indonesia berdasarkan *Riset Kesehatan Dasar* (Riskesdas) tahun 2013 sebesar 11,6 % berdasarkan tenaga kesehatan dan 24,7% berdasarkan diagnosis atau gejala. Penyakit asam urat dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor riwayat keluarga dapat berpengaruh sebesar 40% pada terjadinya gangguan penbuangan asam urat melalui ginjal ataupun produksi endogen yang berlebihan. Faktor yang mempengaruhi terjadinya asam urat salah satunya gaya hidup, gaya hidup yang dimaksudkan adalah aktifitas fisik, pola makan dan kebiasaan istirahat. Selain itu aktifitas / gerakan fisik seperti olahraga akan menurunkan ekskresi asam urat dan meningkatkan

<sup>1</sup> Noviyanti, (2015). *Hidup Sehat Tanpa Asam Urat*. Yogyakarta: Notebook.

<sup>2</sup> Noviyanti, (2015). *Hidup Sehat Tanpa Asam Urat*. Yogyakarta: Notebook

<sup>3</sup> Noviyanti, (2015). *Hidup Sehat Tanpa Asam Urat*. Yogyakarta: Notebook

<sup>4</sup> Purwaningsih T, 2010. *Faktor-Faktor Risiko Hierurisemia di Rumah Sakit Umum Kardinah Kota Tegal*. Tesis. Semarang: UNDIP

produksi asam laktat dalam tubuh, semakin berat aktifitas fisik, maka semakin banyak asam laktat yang diproduksi. Serta kebiasaan istirahat / waktu tidur, seseorang dikatakan baik apabila tidak menunjukkan tanda-tanda kekurangan tidur dan tidak mengalami masalah dalam tidurnya. Tidur yang kurang menjadi peluang menjadi peluang untuk terjadi peningkatan asam urat.

### LANDASAN TEORI

Darah adalah jaringan cair yang terdiri atas dua bagian. Bahan intraseluler adalah cairan yang disebut plasma dan didalamnya terdapat unsur-unsur padat, yaitu sel darah.

Asam urat adalah hasil akhir dari metabolisme (pemecahan) suatu zat yang bernama purin. Asam urat merupakan hasil buangan dari zat purin ini. Zat purin adalah zat alami yang merupakan salah satu kelompok struktur kimia pembentuk DNA dan RNA. Kadar normal asam urat pada wanita adalah 2,4 -6,0 mg/dl dan pria 3,0 -7,0 mg/dl. Jika melebihi nilai ini seseorang dikategorikan mengalami hiperurisemia.

Asam Urat Purin merupakan senyawa basa organik yang menyusun asam nukleat dan termasuk dalam kelompok asam amino unsur pembentuk protein. Purin dibedakan menjadi tiga yaitu purin tinggi, purin sedang, dan purin rendah.

#### Golongan makanan mengandung Purin

Golongan	Jenis Makanan
Golongan A (150 - 1000 mg/100gram)	Kerang - kerangan, Otak sapi Hati, Jantung, Paru sapi, Daging bebek, Telur ikan, Ikan sarden, Remis, Makarel, Makanan kalengan, Ginjal, Jeroan, Ekstrak daging/kaldu, Daging angsa
Golongan B (50-150 mg/100gram)	Ikan (kecuali yang termasuk golongan A), Daging sapi, Daging ayam, Daging unggas, Udang, Asparagus, Daun singkong, Jamur, Bayam, Daun pepaya Kembang kol, Kapri, Tahu, Tempe, Kangkung, Daun dan biji melinjo, Buncis dan kacang-kacangan
Golongan C (0-15 mg/100gram)	Nasi, Roti, Makaroni, Bihun, Ubi Singkong, Jagung, Susu, Keju, Serelia, Oncom, Telur.

Sumber ; Noviyanti (2015)

Aktifitas fisik menurut *World Health Organization* (WHO) Aktifitas Fisik merupakan gerakan tubuh yang dihasilkan otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi. Aktifitas fisik melibatkan proses biokimia dan biomekanik.

Adapun kategori aktivitas fisik berdasarkan National Research Council, National Academy of Science dibagi menjadi 3 yaitu :

- Aktifitas berat jika nilai kelipatan metabolik (KM) > 2,09
- Aktivitas sedang jika nilai kelipatan metabolik (KM) 1,76 -2,09
- Aktifitas ringan jika nilai kelipatan metabolik (KM) < 1,76.

#### Pemeriksaan Kadar Asam Urat

##### a. Metode *electrode-based biosensor*

Pemeriksaan kadar asam urat menggunakan metode *electrode-based biosensor* dapat dilakukan menggunakan alat *UASure Blood Uric Meter*. Prinsip pemeriksaan adalah *blood uric acid strips* menggunakan katalis yang digabung dengan teknologi biosensor yang spesifik terhadap pengukuran asam urat. Strip pemeriksaan dirancang dengan cara tertentu sehingga pada saat darah diteteskan pada zona reaksi dari strip, katalisator asam urat memicu oksidasi asam urat dalam darah tersebut.

##### b. Metode Enzimatik

Prinsip pemeriksaan kadar asam urat metode enzimatik adalah uricase memecah asam urat menjadi allantoin dan hidrogen peroksida. Nilai rujukan dengan menggunakan metode enzimatik untuk laki-laki : 3,4-7,0 mg/dl dan untuk perempuan : 2,4-5,7 mg/dl. Pemeriksaan kadar asam urat metode enzimatik ini menggunakan sample darah vena dan membutuhkan bahan pembantu yang lebih banyak serta waktu pemeriksaan yang lebih lama dibandingkan dengan metode stik.

### METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif. Pengumpulan data dilakukan dengan pendekatan *cross sectional*, yaitu penelitian dimana pengumpulan data waktu yang sama (Notoatmodjo, 2012). Variabel yang akan diteliti yaitu variabel independen (asupan sumber purin dan aktivitas fisik) dan variabel dependen (Asam urat). Populasi dalam penelitian ini adalah pria dan wanita di Kelurahan Gumuruh Kecamatan Batununggal yaitu berjumlah 150 orang.

Sample dalam penelitian ini adalah sebagian dari populasi yang memenuhi kriteria menjadi responden.

#### 1. Kriteria Inklusi :

- a) Umur > 25 tahun dan bersedia menjadi responden.
- b) Tidak memiliki riwayat asam urat

#### 2. Kriteria Eksklusi :

- a) Umur < 25 tahun
- b) Memiliki riwayat penyakit asam urat.
- c) Tidak bersedia menjadi responden..

Teknik Pengumpulan Data dalam penelitian ini Pengumpulan data Independen yaitu observasi, wawancara, dan kuisioner. Pengumpulan data dependent yaitu dengan cara pemeriksaan langsung darah kapiler menggunakan *UASure Blood Uric Meter*. Untuk tahap analisis, data diolah menggunakan Statistical Program for Social Science (SPSS) versi 16. Analisis univariat dan bivariate.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Distribusi Frekuensi Responden dalam penelitian ini adalah wanita dan pria dengan usia >25 tahun. Jumlah sampel yang terpilih adalah 30 responden.

<b>Karakteristik Responden</b>		
<b>Variabel</b>	<b>Jumlah (n)</b>	<b>%</b>
<b>Usia</b>		
≤ 30 tahun	3	10
31- 40 tahun	9	30
≥ 40 tahun	18	60
<b>Pekerjaan</b>		
Ibu rumah tangga	12	40
Wiraswasta	5	16,6
Buruh	3	10
Supir	1	3,3
Sales	2	6,6
Penjual	6	20
Guru	1	3,3
<b>Pendidikan</b>		
Tidak sekolah	2	6,6
SD	3	10
SMP	5	16,6
SMA	20	66,6
<b>Jenis kelamin</b>		
Perempuan	17	56,6
Laki-laki	13	43,3

Pada tabel diatas menunjukkan bahwa dari 30 responden, yakni usia responden ≥ 40 tahun sebanyak 18 orang (60%) ini merupakan jumlah terbanyak dan jumlah paling sedikit usia < 30 tahun dengan jumlah 3 (10%), sebagian besar responden berprofesi sebagai ibu rumah tangga sebanyak 12 orang (40%) kemudian persentase profesi responden paling sedikit dengan jumlah 1 (3,3%) , sebagian besar responden dengan pendidikan terakhir SMA 20 orang ( 66,6%), dan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 17 orang (56,6%) dan responden laki-laki berjumlah 13 (43,3).

#### **Distribusi Frekuensi Asupan Purin pada Masyarakat**

<b>No</b>	<b>Asupan purin</b>	<b>N</b>	<b>Persentase (%)</b>
1	Tinggi	11	36,6
2	Sedang	11	36,6
3	Rendah	8	26,6
<b>Total</b>		<b>30</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2 diatas, dapat diketahui jumlah responden paling banyak berdasarkan kadar asupan purin tinggi sebanyak 11 orang (36,6%) selanjutnya asupan sedang sebanyak 11 orang (36,6%) dan kadar asupan purin paling sedikit adalah asupan purin rendah sebanyak 8 orang (26,6%).

Tinggi purin dalam penelitian ini adalah asupan makanan yang mengandung purin adalah 150 – 1000 mg purin/100g bahan pangan. Noviyanti (2015) menyebutkan bahwa kandungan purin dengan kategori tinggi yaitu kerang – kerangan, otak, hati, jantung, paru, daging bebek, telur ikan, ikan sarden, remis, ikan kering, makarel, alkohol dan ragi, dan makanan yang diawetkan/kalengan. Berdasarkan hasil temuan dan teori tersebut diatas, maka konsumsi asupan purin tinggi tidak aman dikonsumsi bagi penderita asam urat / bagi responden yang memiliki riwayat asam urat. Purin sedang dalam penelitian ini adalah asupan purin adalah 50-150 mg purin / 100g bahan pangan.

Menurut Noviyanti (2015) menyebutkan bahwa kandungan purin dengan kategori sedang yaitu ikan, kecuali yang termasuk golongan A, daging sapi, kecuali bagian-bagian yang termasuk dalam golongan A, daging ayam, udang, asparagus, daun singkong, jamur, bayam, daun pepaya, kembang kol, kapri, tahu, tempe, kangkung, melinjo, buncis dan kacang-kacangan. Asupan purin rendah adalah makanan yang sering dikonsumsi setiap hari. Konsumsi asupan purin di kelurahan Gumuruh kecamatan Batununggal Bandung relatif bervariasi baik dari asupan purin tinggi dan asupan purin sedang.

Dalam penelitian ini dapat disajikan pula bentuk diagram batang, hasil asupan sumber purin dalam bentuk gambar diagram batang diatas menunjukkan persentase asupan purin dibagi menjadi kategori tinggi, sedang dan rendah. Hasil menunjukkan bahwa tingginya tingkat asupan purin tinggi dengan jumlah 11 orang (36,6%), selanjutnya asupan purin sedang berjumlah 11 (36,6%). Dan hasil asupan tinggi rendah menunjukkan jumlah 8 (26,6%) hal ini dapat disimpulkan bahwa asupan purin rendah memiliki jumlah persentase kecil, dibandingkan persentase jumlah asupan purin tinggi dan asupan purin sedang.

#### Distribusi Frekuensi Aktifitas Fisik

No	Aktifitas Fisik	(n)	Persentase (%)
1	Berat	0	0
2	Sedang	2	6,6
3	Ringan	28	93,3
	<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui jumlah responden paling banyak berdasarkan aktifitas fisik ringan sebanyak 28 orang (93,3%) atau bisa dikatakan rata-rata responden melakukan aktifitas fisik ringan. Selanjutnya aktifitas sedang sebanyak 2 (6,6%).

Aktifitas fisik dalam penelitian ini dikategorikan aktifitas berat, sedang, dan ringan. Hal ini sesuai dengan buku *RDA 10th edition, National Academic Press, 1989* aktifitas ringan meliputi kegiatan seperti berjalan kaki kurang dari 3 mph bersepeda kurang dari 8 km per jam, golf, tenis meja, mengetik, berbelanja, membersihkan kamar duduk bermain dengan anak, merawat anak, pakaikan baju, pekerjaan yang dilakukan banyak duduk lama, pekerjaan kantor, penjual, mengemudi kendaraan. Selanjutnya untuk aktifitas sedang meliputi jenis kegiatan seperti berjalan pada langkah cepat 3-4,5 mph, mencuci pakaian berkebun dan pekerjaan halaman rumah, potong ranting, dorong mesin pangkas rumput, pekerjaan membersihkan rumah sedang. Dan aktifitas berat meliputi kegiatan seperti berjalan cepat dan jalan aerobik > 5 mph atau lebih cepat, jogging, lari, dayung kursi roda, bersepeda lebih

dari 15 km per jam, bermain bola voli pantai, berenang, mendaki.

Perhitungan jenis aktifitas fisik dengan nilai kelipatan (Pratiwi, 2012) dibagi 3 yaitu aktifitas berat jika nilai kelipatan kelipatan metabolik (KM) > 2,09, aktivitas sedang jika nilai kelipatan metabolik (KM) 1,76 -2,0, aktivitas ringan jika nilai kelipatan metabolik (KM) < 1,76. Dalam penelitian ini sesuai dengan perhitungan hasil wawancara dengan rumus perhitungan. Warga Kelurahan Gumuruh Kecamatan Batununggal terlihat bahwa hasil menunjukkan sebgai responden melakukan aktifitas ringan yaitu dengan kelipatan metabolik < 1,76.

Berdasarkan gambar diagram batang diatas menunjukkan persentase aktifitas fisik dibagi menjadi kategori berat, sedang dan ringan. Hasil menunjukkan bahwa jumlah tertinggi aktifitas ringan dengan jumlah 23 orang (76,6%), selanjutnya aktifitas fisik sedang berjumlah 6 (20%). Dan hasil aktifitas berat berjumlah 1 (3,3%) hal ini dapat disimpulkan bahwa aktifitas fisik berat memiliki nilai persentase terendah, dan sebaliknya aktifitas ringan memiliki nilai persentase tertinggi.

### 1. Hubungan Asupan Sumber Purin dengan kadar Asam Urat

Berdasarkan tabel 4 dibawah menunjukkan bahwa 30 responden terdapat 21 (84%) responden dengan klasifikasi asupan purin rendah dengan frekuensi kadar asam urat normal berjumlah 2 orang (50%) asupan sumber purin sedang dengan nilai kadar asam urat tinggi, selanjutnya terdapat 1 (4%) responden dengan klaifikasi asupan purin tinggi dengan nilai kadar asam urat normal

#### Hubungan Asupan Sumber Purin terhadap Kadar Asam Urat

	T	%	N	%	R	%	N	P value
T	0	0	1	4,0	0	0	1	
S	2	50	3	12,0	0	0	5	0,418
R	2	50	21	84,0	1	100	24	

Hasil analisis uji *chi square* yang dilakukan di peroleh *P value*  $0,418 \geq \alpha (0,05)$ . Maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara asupan sumber purin dengan kadar asam urat warga di Kelurahan Gumuruh Kecamatan Batununggal tahun 2018. Hal ini diakarenakan hasil *P-value* lebih besar dari  $\alpha (0,05)$  karena jika lebih besar dari  $\alpha (0,05)$  belum memenuhi kriteria adanya hubungan antara variabel. Terjadinya kadar asam urat yang tidak normal erat kaitannya dengan konsumsi asupan tinggi purin dalam jumlah banyak. Dapat dikatakan bahwa asupan yang masuk ke tubuh mempengaruhi kadar asam urat dalam darah. Makanan yang mengandung zat purin tinggi akan diubah menjadi asam urat. Maka jika ingin mengkonsumsi makanan tersebut, sebaiknya jangan terlalu banyak dan berlebihan.

Menurut asumsi peneliti, responden dengan kadar asam urat yang tidak normal disebabkan oleh pola konsumsi makanan yang tidak teratur dan berlebihan. Terjadinya peningkatan kadara asam urat erat kaitannya dengan konsumsi makanan purin dalam

jumlah yang banyak dan juga frekuensi makan purin dalam seminggu yang terlalu sering. Dalam penelitian ini berdasarkan pengelompokan asupan purin per hari rata-rata responden konsumsi purin > 50 mg /hari.

## 2. Hubungan Aktifitas Fisik dengan kadar dengan Asam Urat

Berdasarkan hasil statistik spps menunjukkan bahwa 30 responden terdapat 23 (82,1%) dengan klasifikasi aktivitas fisik ringan dengan kadar asam urat normal, dan terdapat 4 (14,3%) dengan klasifikasi aktifitas ringan dengan kadar nilai asam urat tinggi.

### Hubungan Aktifitas Fisik dengan kadar Asam Urat

Kriteria	T		N		R		n	P value
		%		%		%		
Berat	0	0	0	0	0	0	0	0,807
Sedang	0	0	2	100	0	0	2	
Ringan	4	14,3	23	82,1	1	3,6	28	

Sumber ; SPSS 16

Hasil analisis uji *chi square* yang dilakukan diperoleh P value  $0,807 \geq \alpha (0,05)$ . Maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara aktifitas fisik dengan kadar asam urat warga di Kelurahan Gumuruh Kecamatan Batununggal tahun 2018. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya jurnal tentang hubungan pola konsumsi status gizi dan aktifitas fisik dengan kadar asam urat, lansia wanita peserta posyandu Sinarsari, Nursilmi 2013, menyatakan bahwa tidak adanya hubungan aktifitas fisik dengan kadar asam urat. Aktifitas yang dilakukan erat kaitannya dengan kadar asam urat dalam darah.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian Heny Marlina tentang Faktor-faktor yang berhubungan dengan kadar asam urat pada pegawai di dinas kebudayaan pariwisata pemuda dan olahraga kabupaten Dairi tahun 2012, mengemukakan bahwa tidak adanya hubungan antara aktifitas fisik dengan kadar asam urat.

Beberapa pendapat menyatakan bahwa aktifitas yang berat dapat memperberat penyakit asam urat yang ditandai dengan peningkatan kadar asam urat dalam darah (Andry, 2009). Menurut Pramudya (2009), kenaikan asam laktat karena aktifitas tinggi ini hanya berlangsung sebentar dan akan kembali normal dalam beberapa jam kemudian. Dalam penelitian ini aktifitas fisik yang dilakukan responden sehari-hari adalah aktifitas ringan seperti ibu rumah tangga, kantoran, penjual, menonton tv dan hal ini tidak berpengaruh dengan peningkatan kadar asam urat karena hal ini hanya memerlukan sedikit energi.

Berdasarkan hasil statistik menunjukkan bahwa 30 responden terdapat 14 (56%) responden jenis kelamin perempuan dengan klasifikasi kadar asam urat normal, dan terdapat 11 (44%) responden jenis kelamin laki-laki dengan klasifikasi kadar asam urat normal, selanjutnya dari 30 responden terdapat 2 (50%) responden jenis kelamin perempuan dengan klasifikasi kadar asam urat tinggi, dan terdapat 2 (50%) responden jenis kelamin laki-laki dengan klasifikasi kadar asam urat tinggi.

### Hubungan Jenis kelamin dengan Kadar Asam Urat

T	%	N	%	R	%	n	P value
---	---	---	---	---	---	---	---------

---

---

L	2	50	11	44	0	0	13	
P	2	50	14	56	1	100	17	0,657

---

Sumber ; SPSS 16

Hasil analisis uji *chi square* yang dilakukan diperoleh *P value*  $0,657 > \alpha (0,05)$ . Ini dapat disimpulkan bahwa tidak adanya hubungan antara jenis kelamin dengan kadar asam urat. Dalam penelitian ini jumlah frekuensi terbanyak adalah jenis kelamin perempuan dengan kadar asam urat normal, selanjutnya frekuensi terkecil dengan kadar asam urat tinggi yaitu 4 orang baik itu 2 responden laki-laki dan 2 responden perempuan.

### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat diambil kesimpulan antara lain:

1. Sebagian besar warga Kelurahan Gumuruh Kecamatan Batununggal distribusi frekuensi asupan sumber purin rendah dengan jumlah 11 orang (36,6%) dan tinggi 11 orang (36,6%), frekuensi paling banyak pada usia  $> 40$  tahun dan frekuensi paling rendah pada usia  $< 30$  tahun.
2. Sebagian besar warga Kelurahan Gumuruh Kecamatan Batununggal distribusi frekuensi Aktifitas Fisik ringan dengan jumlah 28 orang (93,3%), jumlah frekuensi kadar asam urat normal banyak terjadi pada jenis kelamin perempuan, dan jumlah frekuensi kadar asam urat rendah terjadi pada jenis kelamin laki-laki .
3. Tidak ada hubungan antara aktifitas fisik dengan kadar asam urat di kelurahan Gumuruh Kecamatan Batununggal pada tahun 2018.
4. Tidak ada hubungan antara aktifitas fisik dengan kadar asam urat di kelurahan Gumuruh Kecamatan Batununggal pada tahun 2018.

### DAFTAR PUSTAKA

- [1] Arikunto, (2008). Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktik. Rineka Cipta, Jakarta.
- [2] Barbara (2012). Hematologi. EGC
- [3] Kartia . N (2009). Asam Urat. Yogyakarta : PT Mizan Publika.
- [4] Kertia, Nyoman. (2009). Asam Urat Benarkah hanya Menyerang Laki -laki. Yogyakarta : PT Bentang Pustaka.
- [5] Muhamad, et al (2014) .Waspada! Asam Urat. Yogyakarta : Penerbit Diva Presss
- [6] Notoatmodjo, (2012). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. PT Rineka Cipta, Jakarta.
- [7] Novita et, al. (2015). Metodologi Penelitian Kebidanan. Deepublish, Yogyakarta.
- [8] Noviyanti, (2015). Hidup Sehat Tanpa Asam Urat. Yogyakarta: Notebook.
- [9] Pearce, (2006) . Patifisiologi. Jakarta.
- [10] Sugiyono, (2009). Metode Penelitian Kuantitatif , Kualitatif dan R & D. Bandung : Alfabeta.
- [11] Wahyu, F (2013) . Gout dan perkembangan. Blitar : Sainatika Medika.
- [12] Welis, W et al. Gizi Aktifitas Fisik dan Kebugaran.
- [13] Darmawan, et al. (2016). Gambaran Asam Urat Darah Pada Pekerja Kantor. Jurnal e-biomedik (eBm), volume 4, nomor 2 Juli- Desember 2016. Universitas Sam Ratulangi Manado.
- [14] Ervi, D. et al (2013). Pengaruh Asupan Purin dan Cairan Terhadap Kadar Asam Urat

- Wanita Usia 50-60 Tahun di Kecamatan Gajah Mungkur Semarang. Journal of nutrition college .
- [15] Fajarina. E. (2011). Analisis Pola Konsumsi dan Pola Aktifitas dengan kadar asam urat pada Lansia wanita peserta pemberdayaan Lansia di Bogor. Jurnal fakultas Ekologi manusia Institut Pertanian Bogor.
- [16] Festy, P et al. (2010). Analisis Faktor Risiko Pada Kejadian berat badan lahir rendah di Kabupaten Sumenep. Universitas Muhammadiyah Surabaya.
- [17] Hana et al. (2014). Hubungan Status Gizi, Asupan Bahan makanan Sumber Purin dengan kadar asam urat pada pasien Hiperurisemia Pasien Rawat Jalan di RS Tugurejo Semarang. Jurnal Gizi.
- [18] HT Apendi. (2017). Hitung Jumlah Eritrosit dengan Pemeriksaan segera, penundaan 1 jam, 2 jam dan 3 jam dalam suhu ruang yaitu 18 -25° metode automatic pada pasien rawat inap yang melakukan pemeriksaan hitung jumlah eritrosit di Lab. Klinik Pratama rawat inap Anugerah..
- [19] Jaliana, et al (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 – 731 X. Universitas Halu.
- [20] Jamila. (2018). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kadar Asam Urat pada Usia Produktif di Posyandu PTM Desa sumber Tebu kecamatan Bangsal Kabupaten Mojokerto. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto.
- [21] Novitasari, (2017). Hubungan Aktifitas Fisik dan Upaya Pengobatan Dengan tingkat Keluhan Klimaterium Pada Wanita usia 40-65 tahun di Kelurahan Sikeli tahun 2017. Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kendari.
- [22] Riri, et al (2018). Pengaruh pemberian Ekstrak buah semangka terhadap penurunan kadar Asam Urat pada tikus jantan galur wistar.
- [23] Stefany, (2013). Perbandingan Kadar Asam Urat Darah Dengan Metode Spektrofotometri dan Electrode- Based Biosensor. Universitas Kristen Maranatha.
- [24] Sukarmin, (2015). Faktor- faktor yang Berhubungan dengan kadar asam urat dalam darah pasien gout di desa Kedungwinong Sukolilo Pati. Univesitas Muhammadiyah Surakarta.