

SKRIPSI

**EFEKTIVITAS EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN,
TINGKAT KONSUMSI PURIN DAN KADAR ASAM URAT
PENDERITA HIPERURISEMIA**

LITERATURE REVIEW



Oleh:

NI MADE ARIK SAPITRI
NIM. P07131217003

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2021**

**EFEKTIVITAS EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN,
TINGKAT KONSUMSI PURIN DAN KADAR ASAM URAT
PENDERITA HIPERURISEMIA**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi Dan Deitetika
Program Sarjana Terapan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar**

Oleh:

**NI MADE ARIK SAPITRI
NIM. P07131217003**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2021**

LEMBAR PERSETUJUAN

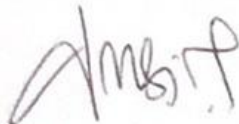
LITERATURE REVIEW

**EFEKTIVITAS EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN,
TINGKAT KONSUMSI PURIN DAN KADAR ASAM URAT
PENDERITA HIPERURISEMIA**

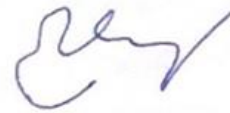
TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :

Pembimbing Pendamping :



Pande Putu Sri Sugiani, DCN.M.Kes
NIP. 196412271989032002



Lely Cintari, SST.M.PH
NIP. 197609072001122001

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar



Dr. Ni Komang Wiardani, SST.M.Kes
NIP. 196703161990032002

LITERATURE REVIEW


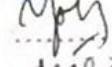
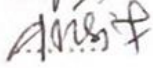
EFEKTIVITAS EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN, TINGKAT KONSUMSI PURIN DAN KADAR ASAM URAT PENDERITA HIPERURISEMIA

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SENIN

TANGGAL : 19 APRIL 2021

TIM PENGUJI:

- | | | |
|---|--------------|---|
| 1. Dr. Ni Komang Wiardani, SST, M.Kes | (Ketua) |  |
| 2. Gusti Ayu Dewi Kusumayanti, DCN, M.Kes | (Anggota I) |  |
| 3. Pande Putu Sri Sugiani, DCN, M.Kes | (Anggota II) |  |

Mengetahui:

Ketua Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar



Dr. Ni Komang Wiardani, SST, M.Kes

NIP. 196703161990032002

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ni Made Arik Sapitri
NIM : P07131217003
Program Studi : Gizi dan Dietetikan Program Sarjana Terapan
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2021
Alamat : Br. Tegehe Batubulan, Sukawati, Gianyar.

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi literature review dengan judul Efektivitas Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan, Tingkat Konsumsi Purin Dan Kadar Asam Urat Penderita Hiperurisemia” adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terdapat bahwa skripsi ini bukan karya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, Mei 2021

Pembuat Pernyataan



Ni Made Arik Sapitri
NIM. P07131217003

Effectiveness of Nutrition Education on Knowledge, Level of Purine Consumption and Uric Acid Level in Hyperuricemia Patients

ABSTRACT

Uric acid is the result of catabolism (breakdown) of a substance called purine. Purines are natural substances that are one of the chemical structures that make up DNA and RNA. Normal uric acid levels in men range from 3-7 mg/dl and in women 2.5–6 mg/dl. (Suherman, 2010). The research objective was to determine the effectiveness of nutrition education on knowledge, level of purine consumption and uric acid levels for hyperuricemia patients based on a literature study for the last 5 years. This type of research is qualitative research using the literature study method, using google scholar with keywords: nutrition education, knowledge, level of purine consumption and uric acid levels. Using 7 journals. The conclusion of this study is that the results of the literature review on the effectiveness of nutrition education on knowledge, levels of purine consumption and uric acid levels of hyperuricemia sufferers states that nutrition education is one way of conveying information and affects knowledge changes for the better, the level of purine consumption is an influential thing against uric acid levels. Therefore, it can be concluded that there is the effectiveness of nutrition education on knowledge, level of purine consumption and uric acid levels of hyperuricemia sufferers.

Keywords: uric acid levels, level of purine consumption, knowledge, nutrition education

Efektivitas Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan, Tingkat Konsumsi Purin Dan Kadar Asam Urat Penderita Hiperurisemia

ABSTRAK

Asam urat adalah hasil akhir dari katabolisme (pemecahan) suatu zat yang bernama purin. Zat purin adalah zat alami yang merupakan salah satu kelompok struktur kimia pembentuk DNA dan RNA. Kadar asam urat normal pada pria dan perempuan berbeda. Kadar asam urat normal pada pria berkisar 3 – 7 mg/dl dan pada perempuan 2,5–6 mg/dl. (Suherman, 2010). Tujuan penelitian mengetahui Efektivitas Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan, Tingkat Konsumsi Purin Dan Kadar Asam Urat Penderita Hiperurisemia berdasarkan studi literatur 5 tahun terakhir. Jenis Penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan menggunakan metode studi pustaka (studi literature), menggunakan google scholar dengan kata kunci: edukasi gizi, pengetahuan, tingkat konsumsi purin dan kadar asam urat. Menggunakan 7 jurnal. Kesimpulan pada penelitian ini hasil literature review mengenai efektivitas edukasi gizi terhadap pengetahuan, tingkat konsumsi purin dan kadar asam urat penderita hiperurisemia menyatakan bahwa edukasi gizi adalah salah satu cara dalam penyampaian informasi dan berpengaruh terhadap perubahan pengetahuan menjadi lebih baik, tingkat konsumsi purin merupakan hal yang berpengaruh terhadap kadar asam urat. Maka dapat disimpulkan terdapat efektivitas edukasi gizi terhadap pengetahuan, tingkat konsumsi purin dan kadar asam urat penderita hiperurisemia.

Kata kunci: kadar asam urat, tingkat konsumsi purin, pengetahuan, edukasi gizi

RINGKASAN PENELUSURAN PUSTAKA

EFEKTIVITAS EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN, TINGKAT KONSUMSI PURIN DAN KADAR ASAM URAT PENDERITA HIPERURISEMIA

Ni Made Arik Sapitri

P07131217003

Perubahan Gaya hidup di era globalisasi dapat memicu terjadinya penyakit degeneratif salah satunya Gout terkait dengan hiperurisemia yaitu suatu penyakit akibat perubahan metabolisme tubuh yang disebut sindrom metabolik, yang ditandai dengan peningkatan kadar asam urat. Hiperurisemia merupakan keadaan dimana terjadinya peningkatan kadar asam urat dalam darah melewati batas normal sehingga menimbulkan rasa sakit atau nyeri (Wortmann, 2000). Prevalensi Penyakit asam urat di Indonesia semakin mengalami peningkatan. Menurut riskesdas tahun 2018, prevalensi penyakit asam urat berdasarkan diagnose tenaga kesehatan di Indonesia 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala 24,7% jika dilihat dari karakteristik umur, prevalensi tinggi pada umur ≥ 75 tahun (54,8%). Penderita wanita juga lebih banyak (8,46%) dibandingkan dengan pria (6,13%) (Riskesdas, 2018). Tujuan penelitian Untuk mengetahui Efektivitas Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan, Tingkat Konsumsi Purin Dan Kadar Asam Urat Penderita Hiperurisemia berdasarkan studi literatur 5 tahun terakhir.

Asam urat adalah hasil akhir dari katabolisme (pemecahan) suatu zat yang bernama purin. Zat purin adalah zat alami yang merupakan salah satu kelompok struktur kimia pembentuk DNA dan RNA. Asam urat sebenarnya memiliki

fungsi dalam tubuh yaitu sebagai antioksidan dan bermanfaat dalam regenerasi sel. Metabolisme tubuh secara alami menghasilkan asam urat. Asam urat menjadi masalah ketika kadar dalam tubuh melewati batas normal (Noviyanti, 2015). Kadar asam urat normal menurut tes enzimatik maksimum 7 mg/dl. Sedangkan pada teknik biasa, nilai normalnya maksimum 8 mg/dl. Bila hasil pemeriksaan menunjukkan kadar asam urat melampaui standar normal itu, Kadar asam urat normal pada pria dan perempuan berbeda. Kadar asam urat normal pada pria berkisar 3 – 7 mg/dl dan pada perempuan 2,5–6 mg/dl. (Suherman, 2010). Purin adalah senyawa amina bagian dari protein yang menyusun tubuh makhluk hidup, bahkan sistem metabolisme tubuh kita sendiri juga memproduksi purin. Hal ini mengandung arti bahwa semua bahan makanan mengandung purin, sehingga purin tidak pernah dapat disingkirkan Sama sekali dari diet sehari-hari. Hanya saja setiap makanan mengandung purin dengan kadar yang berbeda-beda sehingga pengaruh yang ditimbulkannya pun berbeda-beda juga (Kusumayanti, 2015). Pengetahuan adalah hasil dari tahu, dan terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap objek tertentu. Pengindraan yang dilakukan sesuai dengan pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, rasa, penciuman, dan raba. Sebagian besar pengetahuan didapat melalui indra penglihatan dan pendengaran. Pengetahuan atau ranah kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk membentuk tindakan seseorang. (Notoatmodjo, 2012). Edukasi gizi merupakan pendekatan edukatif untuk menghasilkan perilaku individu/masyarakat yang diperlukan dalam peningkatan atau dalam mempertahankan gizi tetap baik (Notoatmodjo, 2014).

Pada penelitian ini Variabel bebas merupakan variabel yang sifatnya mempengaruhi variable terikat. Dalam penelitian yang akan dijadikan variabel bebas edukasi gizi, pengetahuan, tingkat konsumsi purin dan variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi oleh adanya perubahan pada variabel yang mempengaruhinya. Dalam penelitian yang akan dijadikan variabel terikat adalah kadar asam urat.

Jenis Penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan menggunakan metode studi pustaka (studi literature) adalah metode penelitian dengan mengumpulkan informasi dari buku, jurnal atau referensi lainnya yang terkait dengan masalah. Buku, jurnal dan literature lain digunakan sebagai sumber data yang akan diolah dan dianalisis oleh peneliti (Arikunto, S. 2006 dalam Zagoto, dkk. 2019). Pencarian literature review dilakukan dengan menggunakan google scholar dengan kata kunci: edukasi gizi, pengetahuan, tingkat konsumsi purin dan kadar asam urat.

Berdasarkan hasil penelitian yang mengkaji 7 jurnal, karakteristik sampel berdasarkan umur, kadar asam urat juga dapat dipengaruhi oleh usia responden. Peningkatan kadar asam urat meningkat pada usia 40 tahun keatas dikarena proses penuaan menyebabkan terjadinya gangguan dalam pembentukan enzim akibat penurunan kualitas hormon didalam tubuh yang berperan dalam proses ekskresi asam urat (Nuriani et al., 2018). Berdasarkan jenis kelamin kadar asam urat tinggi yang lebih banyak ditemukan pada kelompok pria. Kadar asam urat lebih sering terjadi pada pria terutama pada usia 40 tahun ke atas karena pria umumnya sudah mempunyai kadar asam urat yang tinggi didalam darahnya dan tidak memiliki hormone estrogen. Edukasi gizi merupakan suatu proses yang

berkesinambungan untuk menambah pengetahuan, Edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan seseorang. Oleh sebab itu edukasi gizi/pendidikan kesehatan sangat berpengaruh untuk meningkat pengetahuan responden hal. Pada Tingkat konsumsi purin Kebiasaan seseorang Mengonsumsi makan yang mengandung purin tinggi per hari akan meningkatkan risiko kadar asam urat dalam darah tinggi/ hiperurisemia 3 kali lebih besar dibandingkan dengan orang yang tidak mengonsumsi purin. Kadar purin maksimal yang dapat dikonsumsi adalah 100-150 mg/hari (Soeroso dan Algristian, 2011). Kenaikan kadar asam urat disebabkan tubuh kekurangan enzim urikinase untuk mengubah asam urat sebagai produk akhir metabolisme purin menjadi allantoin larut air dan faktor-faktor yang mempengaruhi kadar asam urat dalam darah yaitu faktor keturunan, jenis kelamin, konsumsi pangan kaya purin, konsumsi alkohol yang berlebihan, obesitas, ginjal, kadar asam urat juga dapat dipengaruhi oleh usia.

Kesimpulan pada penelitian ini hasil literature review mengenai efektivitas edukasi gizi terhadap pengetahuan, tingkat konsumsi purin dan kadar asam urat penderita hiperurisemia menyatakan bahwa edukasi gizi adalah salah satu cara dalam penyampaian informasi dan berpengaruh terhadap perubahan pengetahuan menjadi lebih baik, tingkat konsumsi purin merupakan hal yang berpengaruh terhadap kadar asam urat. Maka dapat disimpulkan terdapat efektivitas edukasi gizi terhadap pengetahuan, tingkat konsumsi purin dan kadar asam urat penderita hiperurisemia. Saran Jika ingin melakukan penelitian selanjutnya menggunakan variabel sama disarankan agar penelitian dilakukan secara langsung sehingga data yang didapatkan bersifat kuantitatif dan nyata karena penelitian ini dilakukan secara kualitatif. Bagi Penderita hiperurise mia

Perlu menjaga asupan purin membatasi asupan purin tinggi, serta melakukan aktivitas fisik dan rutin kontrol melakukan pemeriksaan kadar asam urat secara berkala.

Daftar bacaan: 29 Pustaka (Tahun 2003 s/d 2020)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan menyelesaikan Skripsi Studi Literature yang berjudul **“Efektivitas Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan, Tingkat Konsumsi Purin Dan Kadar Asam Urat Penderita Hiperurisemia”** tepat pada waktunya.

Peneliti menyadari isi dari skripsi ini dapat diselesaikan berdasarkan masukan dari berbagai pihak. Peneliti menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Ibu Pande Putu Sri Sugiani, DCN.M.Kes. Selaku pembimbing utama yang telah banyak memberikan bimbingan, saran dan koreksi dalam penyelesaian Skripsi ini.
2. Ibu Lely Cintari, SST.M.PH. Selaku pembimbing pendamping yang telah banyak memberikan bimbingan, saran dan koreksi dalam penyelesaian Skripsi ini.
3. Anak Agung Ngurah Kusumajaya, SP,MPH. Selaku Direktur Poltekkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian Skripsi ini.
4. Dr. Ni Komang Wiardani,SST,M.Kes. Selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah memberikan kesempatan untuk menimba ilmu di Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Denpasar dan telah memberikan dukungan moril kepada peneliti.

5. Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes, yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian Skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu dosen, staf pegawai Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar yang telah memberikan ilmu yang sangat bermanfaat dalam penyusunan skripsi. Sehingga skripsi ini dapat diselesaikan sesuai dengan harapan.
7. Mahasiswa Angkatan IV Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Denpasar yang banyak memberikan masukan dan dorongan kepada peneliti.
8. Orang Tua serta keluarga peneliti, sahabat dan teman-teman terdekat yang tiada hentinya memberikan dukungan, semangat dalam menyelesaikan Skripsi ini.
9. Semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian Skripsi ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari sempurna. Walau demikian, peneliti berharap bahwa Skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan. Akhir kata peneliti mengucapkan terima kasih.

Denpasar, Pebruari 2021

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	v
ABSTRACT.....	vi
ABSTRAK.....	vii
RINGKASAN PENELUSURAN PUSTAKA.....	viii
KATA PENGANTAR.....	xiii
DAFTAR ISI.....	xv
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GAMBAR.....	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Asam Urat	6
B. Konsumsi Purin	9
C. Pengetahuan	13
D. Edukasi Gizi	20
BAB III KERANGKA KONSEP	22
A. Kerangka Konsep.....	22
B. Variabel Penelitian	22
BAB IV METODE PENELITIAN.....	24
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	24
B. Sumber data.....	24
C. Subjek Penelitian	24
D. Database atau Searchengine.....	24
E. Kriteria Inklusi dan Ekskusi.....	25
F. Jenis Data dan Pengumpulan Data	26

G. Cara Analisis	26
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	27
A. Hasil.....	27
B. Pembahasan.....	36
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	39
A. Kesimpulan.....	39
B. Saran	40
DAFTAR PUSTAKA.....	41
LAMPIRAN.....	45

DAFTAR TABEL

Tabel Halaman

1.	Pengelompokkan Bahan Makanan Menurut Kadar Purin dan Anjuran Makan.....	10
2.	Kriteria Inklusi Dan Ekslusi.....	25
3.	Edukasi Gizi.....	28
4.	Efektivitas Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan, Tingkat Konsumsi Purin Dan Kadar Asam Urat.....	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar Halaman

1.	Kerangka Konsep	22
2.	Sebaran Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin	27
3.	Sebaran Subjek Berdasarkan Usia	28
4.	Distribusi Sampel Berdasarkan Pengetahuan	30
5.	Distribusi Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Purin.....	31
6.	Distribusi Sampel Berdasarkan Kadar Asam Urat.....	32