

SKRIPSI

**HUBUNGAN ASUPAN PROTEIN, LEMAK DAN STATUS GIZI
DENGAN KEJADIAN HIPERURISEMIA**

(Literature Review)



Oleh:

NI KADEK MULYANINGSIH

NIM. P07131217068

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR

PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA

PROGRAM SARJANA TERAPAN

DENPASAR

2021

SKRIPSI
HUBUNGAN ASUPAN PROTEIN, LEMAK DAN STATUS GIZI
DENGAN KEJADIAN HIPERURISEMIA

(Literature Review)

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi dan Dietetika
Program Sarjana Terapan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar

Oleh :

NI KADEK MULYANINGSIH

NIM. P07131217068

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

LEMBAR PERSETUJUAN
HUBUNGAN ASUPAN PROTEIN, LEMAK DAN STATUS GIZI
DENGAN KEJADIAN HIPERURISEMIA
(Literature Review)

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama,



Gusti Ayu Dewi Kusumayanti, DCN.M.Kes

NIP. 196604261989032003

Pembimbing Pendamping,



Pande Putu Sri Sugiani, DCN.M.Kes

NIP. 196412271989032002

Mengetahui :

Ketua Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar



Dr. Ni Komang Wiardani, SST, M.Kes

NIP. 196703161990032002

PENELITIAN DENGAN JUDUL:
HUBUNGAN ASUPAN PROTEIN, LEMAK DAN STATUS GIZI
DENGAN KEJADIAN HIPERURISEMIA
(Literature Review)

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI
PADA HARI : SENIN
TANGGAL : 5 APRIL 2021

TIM PENGUJI :

- | | | |
|-------------------------------------|-----------|---|
| 1. Dr. Ni Komang Wiardani,SST,M.Kes | (Ketua) |  |
| 2. Dr. I Wayan Juniarsana,SST,M.Fis | (Anggota) |  |
| 3. G.A Dewi Kusumayanti,DCN.,M.Kes | (Anggota) |  |

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 di bawah ini :

Nama : Ni Kadek Mulyaningsih
NIM : P07131217068
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2021
Alamat : Br. Tegeha Sempidi, No.32, Mengwi, Badung

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Kajian Pustaka Hubungan Asupan Protein, Lemak Dan Status Gizi Dengan Kejadian Hiperurisemia adalah **benar karya saya sendiri atau bukan plagiat karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Skripsi ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya 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.



HUBUNGAN ASUPAN PROTEIN, LEMAK DAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN HIPERURISEMIA

LITERATURE REVIEW

ABSTRAK

Hiperurisemia adalah keadaan dimana peningkatan kadar asam urat dalam darah lebih dari 7,0 mg/dl pada laki-laki dan lebih dari 6,0 mg/dl pada wanita. Prevalensi penyakit asam urat berdasarkan diagnose tenaga kesehatan di Indonesia 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala 24,7%. Hiperurisemia disebabkan oleh perubahan pola makan, faktor genetik, umur, berat badan berlebih, dan juga penyakit tertentu yang dapat meningkatkan kadar asam urat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan asupan protein, lemak dan status gizi dengan kejadian hiperurisemia berdasarkan berbagai literature yang ada. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka. Data-data diperoleh dari 6 literatur jurnal yang kemudian ditabulasi dan dianalisis.

Subjek dalam penelitian ini adalah laki-laki dan perempuan dimana usia sampel paling muda 15 tahun dan paling tua berusia 90 tahun dengan rata-rata usia sampel berada diatas 45 tahun, sebagian besar perempuan yang paling banyak menjadi sampel. Secara teoritis presentase kejadian asam urat biasanya lebih banyak terjadi pada pria umur 30 tahun keatas dan wanita kejadian asam urat dapat meningkat pada saat menopause. Kategori hiperurisemia yang paling banyak adalah hiperurisemia dengan persentase 86,95% dan paling sedikit 21,4% dari jumlah sampel. Asupan protein dengan kategori lebih yang tertinggi yaitu 51,34%, kategori normal 76,3% dan asupan protein kurang yang tertinggi yaitu 60,9%. Asupan lemak kategori lebih yang tertinggi 93,8%, kategori normal 76,3% dan asupan lemak kurang yang tertinggi yaitu 51,9%. Kemudian sebagian besar sampel rata-rata memiliki status gizi lebih atau obesitas. Status gizi lebih tertinggi yaitu 60,8% dan status gizi obesitas tertinggi sebanyak 81,2%, dan dua jurnal lainnya menyebutkan status gizi sebagian besar dalam kondisi normal. Dari ke 6 jurnal, tiga jurnal menyatakan ada hubungan antara asupan protein dan hiperurisemia dan tiga jurnal mendapatkan hasil yang sebaliknya. Selanjutnya, dua jurnal mengatakan bahwa ada hubungan antara asupan lemak dan hiperurisemia dan empat jurnal mengatakan tidak ada hubungan antara lemak dan hiperurisemia. Kemudian empat jurnal mengatakan bahwa ada hubungan antara status gizi dan hiperurisemia dan dua jurnal mengatakan tidak ada hubungan antara status gizi dan hiperurisemia

Kata kunci : asam urat, asupan protein, asupan lemak, dan status gizi

THE RELATIONSHIP OF PROTEIN INTAKE, FAT AND NUTRITIONAL STATUS WITH THE INCIDENCE OF HYPERURICEMIA

LITERATURE REVIEW

ABSTRACT

Hyperuricemia is a condition where uric acid levels in the blood increase by more than 7.0 mg/dl in men and more than 6.0 mg/dl in women. The prevalence of uric acid disease based on the diagnosis of health workers in Indonesia is 11.9% and based on diagnosis or symptoms 24.7%. Hyperuricemia is caused by changes in diet, genetic factors, age, excess weight, and also certain diseases that can increase uric acid levels. This study aims to determine the relationship of protein intake, fat and nutritional status with the incidence of hyperuricemia based on various literatures that exist. This study uses qualitative approach with library study method. The data was obtained from 6 journal literature which were then tabulated and analyzed.

The subjects in this study were men and women where the youngest sample age was 15 years old and the oldest was 90 years old with the average sample age being over 45 years, most of the women who were the most sampled. Theoretically the percentage of uric acid incidence is usually more common in men aged 30 years and above and women the incidence of uric acid can increase during menopause. The most common category of hyperuricemia was hyperuricemia with a percentage of 86.95% and at least 21.4% of the sample count. Protein intake with the highest category is 51.34%, normal category 76.3% and protein intake is less the highest is 60.9%. Fat intake category is more the highest 93.8%, normal category 76.3% and fat intake is less the highest is 51.9%. Then most of the average sample had more nutritional status or obesity. The highest nutritional status is 60.8% and the highest obesity nutritional status is 81.2%, and the other two journals mention the nutritional status mostly under normal conditions. Of the 6 journals, three journals stated there was a link between protein intake and hyperuricemia and three journals got the opposite result. Furthermore, two journals say that there is a link between fat intake and hyperuricemia and four journals say there is no link between fat and hyperuricemia. Then four journals said that there was a link between nutritional status and hyperuricemia and two journals said there was no link between nutritional status and hyperuricemia

Key words: uric acid, protein intake, fat intake, and nutritional status

RINGKASAN PENELITIAN

HUBUNGAN ASUPAN PROTEIN, LEMAK DAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN HIPERURISEMIA

Oleh : Ni Kadek Mulyaningsih (NIM.P07131217068)

Hiperurisemia adalah keadaan dimana peningkatan kadar asam urat dalam darah lebih dari 7,0 mg/dl pada laki-laki dan lebih dari 6,0 mg/dl pada wanita. Prevalensi penyakit asam urat berdasarkan diagnose tenaga kesehatan di Indonesia 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala 24,7%. Dilihat dari karakteristik umur, prevalensi tinggi pada umur ≥ 75 tahun (54,8%) dan penderita wanita juga lebih banyak (8,46%) dibandingkan dengan pria (6,13%) dan prevalensi gout arthritis di Bali yaitu 7,4% (Risksedas, 2018). Penelitian ini memiliki tujuan umum mendeskripsikan asupan protein, lemak dan status gizi dengan kejadian hiperurisemia berdasarkan berbagai literature yang ada.

Hiperurisemia disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya usia dan jenis kelamin, genetik, lingkungan, nutrisi (perubahan pola makan), berat badan berlebih, dan juga penyakit tertentu yang dapat meningkatkan kadar asam urat. Gangguan hiperurisemia ditandai dengan suatu serangan mendadak di daerah persendian. Ibu jari kaki dan pergelangan kaki akan terasa sakit seperti terbakar dan bengkak saat bangun tidur.

Makanan sumber protein yang mengandung tinggi purin sering dihubungkan dengan hiperurisemia. Dikarenakan dapat menghasilkan asam urat saat zat purin dipecah di dalam organ hati. Selanjutnya penderita asam urat juga direkomendasikan untuk membatasi konsumsi asupan lemak, dikarenakan menjadi faktor pemicu meningkatnya kadar asam urat dalam darah yang dapat menghambat pembuangan asam urat melalui urin. Umumnya seseorang yang cenderung memiliki kadar asam urat berlebih yaitu yang memiliki status gizi lebih maupun obesitas, dikarenakan kadar leptin dalam tubuh akan meningkat dan menyebabkan resistensi leptin. Apabila

resistensi leptin terjadi pada ginjal maka terjadi gangguan diuresis berupa retensi urin yang dapat menyebabkan gangguan pengeluaran asam urat melalui urin.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka yang dilakukan pada Februari 2021. Penelusuran pustaka dilakukan melalui dua database yaitu google scholar dan Ejournal mulai tahun 2015-2020. Data-data diperoleh dari 6 literature jurnal yang kemudian ditabulasi dan dianalisis. Kriteria inklusi dari kajian pustaka ini yaitu subjek orang dewasa yang memiliki kadar asam urat tinggi

Subjek dalam penelitian ini adalah laki-laki dan perempuan dimana usia sampel paling muda 15 tahun dan paling tua berusia 90 tahun dengan rata-rata usia sampel berada diatas 45 tahun, sebagian besar perempuan yang paling banyak menjadi sampel. Secara teoritis presentase kejadian asam urat biasanya lebih banyak terjadi pada pria umur 30 tahun keatas dan wanita kejadian asam urat dapat meningkat pada saat menopause. Kategori hiperurisemia yang paling banyak adalah hiperurisemia dengan persentase 86,95% dan paling sedikit 21,4% dari jumlah sampel. Asupan protein dengan kategori lebih yang tertinggi yaitu 51,34%, kategori normal 76,3% dan asupan protein kurang yang tertinggi yaitu 60,9%. Asupan lemak kategori lebih yang tertinggi 93,8%, kategori normal 76,3% dan asupan lemak kurang yang tertinggi yaitu 51,9%. Kemudian sebagian besar sampel rata-rata memiliki status gizi lebih atau obesitas. Status gizi lebih tertinggi yaitu 60,8% dan status gizi obesitas tertinggi sebanyak 81,2%, dan dua jurnal lainnya menyebutkan status gizi sebagian besar dalam kondisi normal.

Dari 6 jurnal, tiga jurnal menyatakan ada hubungan antara asupan protein dan hiperurisemia dan tiga jurnal mendapatkan hasil yang sebaliknya. Selanjutnya, dua jurnal mengatakan bahwa ada hubungan antara asupan lemak dan hiperurisemia dan empat jurnal mengatakan tidak ada hubungan antara lemak dan hiperurisemia. Kemudian empat jurnal mengatakan bahwa ada hubungan antara status gizi dan hiperurisemia dan dua jurnal mengatakan tidak ada hubungan antara status gizi dan hiperurisemia

Daftar pustaka : 20 (Tahun 2008/2019)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Ida Sang Hyang Widhi Wasa, Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Hubungan Asupan Protein, Lemak Dan Status Gizi Dengan Kejadian Hiperurisemia” tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun untuk menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi dan Dietetika

Skripsi ini dapat terselesaikan bukan hanya karena usaha penulis sendiri melainkan berkat bantuan, dukungan, serta bimbingan dari berbagai pihak secara langsung maupun tidak langsung. Dalam kesempatan ini penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu G.A Dewi Kusumayanti,DCN.,M.Kes selaku Pembimbing Utama yang telah memberikan bimbingan dalam penyelesaian penelitian ini
2. Bapak A.A Ngurah Kusumajaya, S.P.,M.PH selaku Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar.
3. Ibu Dr. Ni Komang Wiardani, SST, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi dan Ibu Pande Putu Sri Sugiani,DCN.M.Kes selaku Ketua Program Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika sekaligus pembimbing pendamping yang telah memberikan kesempatan menyusun skripsi untuk menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi dan Dietetika

4. Bapak Ibu Dosen beserta staff Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar, yang telah membantu selama proses perkuliahan khususnya dalam pengurusan administrasi
5. Teman-teman mahasiswa Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar dan semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan Skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan mengingat keterbatasan pengetahuan dan pengalaman yang penulis miliki, oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari semua pihak demi penyempurnaan Skripsi ini. Semoga Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Denpasar, 1 Februari 2021

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
RINGKASAN PENELITIAN.....	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Hiperurisemia.....	6
B. Asupan Makan	15
C. Status Gizi	18
D. Diet Mencegah Dan Mengatasi Hiperurisemia	25
BAB III KERANGKA KONSEP	28
A. Kerangka Konsep.....	28
B. Variabel Penelitian.....	29
BAB IV METODE PENELITIAN	30
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	30
B. Sumber Data.....	30
C. Subjek Penelitian.....	30
D. Cara Pengumpulan Pustaka.....	31

E. Cara Analisis	32
F. Etika Penelitian	32
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	33
A. Hasil	33
B. Pembahasan.....	41
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	45
A. Simpulan	45
B. Saran.....	46
DAFTAR PUSTAKA	47
LAMPIRAN.....	61

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Angka Kecukupan Gizi Protein Kemenkes RI 2019	16
Tabel 2 Anjuran Asupan Lemak Menurut (Wiardani et al.,2011)	17
Tabel 3 Kategori Ambang Batas IMT Untuk Indonesia	23

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep	28
Gambar 2. Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin	34
Gambar 3. Gambaran Asupan Protein Sampel	34
Gambar 4. Gambaran Asupan Lemak Sampel	36
Gambar 5. Gambaran Status Gizi Sampel.....	37
Gambar 6. Gambaran Penderita Hiperurisemia.	38