HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN GOUT ARTRITIS DI RSUD TOTO KABILA KABUPATEN BONE BOLANGO

Oleh :
Imran Tumenggung
e-mail: imrantumenggung@yahoo.co.id

ABSTRAK

Penyakit gout arthritis adalah salah satu penyakit peradangan sendi yang ditandai dengan penumpukan kristal monosodium urat di dalam atau di sekitar persendian. Salah satu faktor yang menyebabkan seseorang terserang penyakit asam urat atau gout arthritis adalah pola makan (mencakup frekuensi makan, jenis makanan, dan jumlah/porsi makan) tinggi purin. Hal penting yang mempengaruhi penumpukan kristal adalah hiperurisemia dan saturasi jaringan tubuh terhadap asam urat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian penyakit gout arthritis di RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango. Jenis

penelitian yang digunakan adalah survei analitik dengan rancangan *case control study*. Besar sampel sebanyak 42 orang pasien. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan uji *Chi square* (X^2) dan *Odds Ratio (OR)*. Hasil uji statistik didapatkan bahwa pada $\alpha = 0,05$, p value = 0,04, X^2 hitung lebih besar dari X^2 tabel (4,356 > 3,481), dimana H_0 ditolak dan H_a diterima. Nilai OR = 4,136. Kesimpulan dalam penelitian ini terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian penyakit gout arthritis. Pasien dengan pola makan tidak baik berisiko 4,1 kali lebih besar mengalami penyakit gout arthritis.

Kata Kunci : pola makan, gout arthritis.

RELATIONSHIP BETWEEN EATING PATTERN AND GOUT ARTHRITIS IN TOTO KABILA HOSPITAL OF BONE BOLANGO DISTRICT

By :
Imran Tumenggung
e-mail: imrantumenggung@yahoo.co.id

ABSTRACT

Gout arthritis is a type of joint inflammations which can be recognised by accumulation of monosodium crystals both inside and outside the joints. One of risk factors is eating pattern including frequency, types and amount of foods high in purin. The important thing that affects the crystal accumulation is hyperurecemia and body tissues saturation of uric acid.

This research aimed to explore relationship between eating pattern and gout arthtitis in Toto Kabila Hospital of Bone Bolango District by using analitic survey method with case control study design.

Keywords: eating pattern, gout arthritis.

A number of 42 people were used as research sample. The data was collected by using questionnaire. Meanwhile, analysis of the data was *Chi square test* (X^2 and *Odds Ratio (OR)*).

Results: by using $\alpha = 0,05$, p value = 0,04, X^2 count more than X^2 table (4,356 > 3,481), therefore, H_0 was rejected and H_a was accepted with OR = 4,136.

Conclusion: there is significant relationship between eating pattern and gout arthritis. Patient who has imbalance eating pattern is 4,1 times likely to suffer from gout arthritis.

PENDAHULUAN

Meningkatnya taraf hidup masyarakat terutama di negara maju dan kota besar membawa perubahan pada pola hidup individu. Perubahan pola hidup tersebut disertai pula perubahan pola penyakit yang ada, terutama pada penyakit yang berhubungan dengan gaya hidup seseorang. Kondisi tersebut mengubah pola kejadian penyakit yang pada awalnya didominasi oleh penyakit-penyakit infeksi, namun sekarang bergeser pada penyakit-penyakit degeneratif dan metabolik yang makin meningkat.

Pengaruh modernisasi dalam perubahan pola makan dan gaya hidup juga berperan bagi timbulnya penyakit degeneratif yang menyerang kelompok usia dewasa. Gaya hidup ini didukung dengan makin berkembangnya restoran dan *outlet* makanan siap santap, makanan selingan/cemilan juga menjadi kebiasaan bagi sebagian masyarakat. Salah satu penyakit yang dipengaruhi oleh perubahan pola makan adalah penyakit gout arthritis yang diakibatkan oleh tingginya kadar asam urat di dalam darah (hiperurisemia). Penyakit gout yang berkaitan dengan peninggian asam urat tidak begitu populer, sebagian orang hanya menyebutnya “penyakit asam urat”, meskipun sebenarnya penyakit ini sudah lama

dikenal bahkan sejak zaman Yunani kuno (Karyadi, 2002).

Hiperurisemia atau lebih dikenal dengan meningkatnya kadar asam urat di dalam darah, adalah suatu penyakit gangguan kinetik asam urat. Asam urat terbentuk jika kita mengonsumsi makanan yang banyak mengandung purin. Jika pola makan kita tidak diubah maka kadar asam urat dalam darah yang berlebihan akan menimbulkan penumpukan kristal asam urat. Apabila kristal berada dalam cairan sendi maka akan menyebabkan peradangan sendi atau penyakit gout (Carter, 2006).

Orang dewasa memiliki risiko terkena penyakit degeneratif lebih besar dibandingkan dengan orang yang lebih muda. Hal ini disebabkan karena sudah ausnya jaringan tubuh atau karena penumpukan zat-zat yang merugikan tubuh. Salah satu penyakit yang sering diderita orang dewasa adalah gout. Berdasarkan data dari Rumah Sakit Nasional Cipto Mangunkusumo, Jakarta, terjadi peningkatan penderita gout dari tahun ke tahun dan adanya kecenderungan diderita pada usia yang semakin muda. Data tersebut menunjukkan bahwa penyakit gout paling banyak diderita pada golongan usia 30-50 tahun yang masih

tergolong dalam kelompok usia produktif (Uripi *et all*, 2002 dalam Budianti, 2008).

Dewasa ini didapatkan peningkatan insidens dan prevalensi gout di dunia. Diperkirakan paling sedikit satu persen warga di negara Barat menderita gout (Kumala, 2010). Insidens gout di Indonesia masih belum diketahui secara pasti. Namun, dari hasil penelitian yang dilakukan di Jawa Tengah dan di Sulawesi Selatan menunjukkan penderita hiperurisemia cukup tinggi. Di Jawa Tengah didapatkan 27% laki-laki dan 11,7% wanita, sedangkan di Sulawesi Selatan 10% laki-laki dan 4% wanita mengalami hiperurisemia (Karyadi, 2002).

Prevalensi asam urat cenderung meningkat dimasa yang akan datang dan telah memasuki usia semakin muda yaitu usia produktif yang nantinya berdampak pada penurunan produktivitas kerja. Jika tidak diatasi, gangguan asam urat ini sangat mengganggu aktivitas. Untuk mengatasinya dapat dilakukan dengan mengkonsumsi obat-obatan. Selain itu, pengaturan pola makan dapat pula dijadikan pilihan untuk mengatasi masalah asam urat. Menu makanan perlu diatur sedemikian rupa agar penderita lebih banyak mengkonsumsi makanan dengan kandungan nukleotida purin rendah (Rahmawati, 2010).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, prevalensi penyakit sendi berdasar diagnosis nakes di Indonesia 11,9 persen dan berdasarkan diagnosis atau gejala 24,7 persen. Prevalensi berdasarkan diagnosis nakes tertinggi di Bali (19,3%), diikuti Aceh (18,3%), Jawa Barat (17,5%) dan Papua (15,4%). Prevalensi penyakit sendi berdasarkan diagnosis nakes atau gejala tertinggi di Nusa Tenggara Timur (33,1%), diikuti Jawa Barat (32,1%), dan Bali (30%), sedangkan di Gorontalo (17,7%) (Balitbangkes, 2013).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh penulis pada tanggal 12 Februari 2015 di ruang rekam medik Rumah Sakit Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango didapatkan bahwa pasien penyakit gout arthritis yang menjalani rawat inap dan rawat jalan tanpa komplikasi setiap tahun meningkat. Berdasarkan data yang diambil 2 tahun berturut-turut yaitu tahun 2013 sebanyak 86 pasien dan tahun 2014 sebanyak 101 pasien.

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk meneliti apakah ada hubungan pola makan dengan kejadian penyakit gout arthritis pada pasien di RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango.

Tujuan penelitian ini adalah: 1) Mengidentifikasi pola makan pada pasien gout arthritis, dan 2) Menganalisis hubungan pola makan dengan kejadian penyakit gout arthritis di RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah survey analitik dengan menggunakan rancangan *case control study*, di mana peneliti ingin melihat hubungan antara variabel bebas yaitu pola makan dengan variabel terikat yaitu kejadian penyakit gout arthritis dengan menggunakan kelompok kasus (pasien gout arthritis) dan kelompok kontrol (pasien bukan gout arthritis), kemudian masing-masing kelompok diidentifikasi.

Pola makan adalah karakteristik dari kegiatan yang berulang kali dari individu dalam memenuhi kebutuhannya akan makanan, sehingga kebutuhan fisiologis, sosial dan emosionalnya dapat terpenuhi. Pola makan tidak baik apabila pasien sering mengkonsumsi makanan tinggi purin, sedangkan pola makan baik apabila pasien jarang mengkonsumsi makanan tinggi purin. Pasien gout arthritis adalah pasien rawat inap dan rawat jalan yang didiagnosa oleh dokter menderita

gout arthritis berdasarkan gambaran klinis dan hasil laboratorium asam urat darah, sedangkan pasien bukan penderita gout arthritis adalah pasien rawat inap penyakit dalam yang didiagnosa dokter menderita penyakit lain selain gout arthritis.

Penelitian ini dilaksanakan di RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango pada bulan Juni 2015. Sampel yang menjadi responden dalam penelitian ini adalah pasien dewasa yang dirawat di Bagian Penyakit Dalam. Besar sampel 42 orang, terdiri dari pasien gout arthritis (rawat inap dan rawat jalan) sebanyak 17 orang, dan pasien bukan gout arthritis (rawat inap) sebanyak 25 orang. Penarikan sampel menggunakan *accidental sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner untuk mengukur pola makan, sedangkan kejadian penyakit gout arthritis atau bukan gout arthritis berdasarkan diagnosa penyakit oleh dokter yang tertera pada status pasien.

Analisis data dalam penelitian ini adalah: 1) Analisis univariat untuk menggambarkan pola makan pasien dan kejadian penyakit gout arthritis menggunakan tabel distribusi frekuensi, dan 2) Analisis bivariat untuk menguji hubungan antara pola makan dengan kejadian penyakit gout arthritis menggunakan uji Chi-square

(X^2), dan melihat besarnya faktor risiko pola makan terhadap kejadian penyakit gout arthritis dengan menggunakan Odds Ratio (OR).

HASIL PENELITIAN

Gambaran Umum Sampel/Responden

1. Umur

Gambaran distribusi umur responden di RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Umur Responden Di RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango

Umur Responden	N	%
21 – 40	7	16,7
41 – 60	20	47,6
>60	15	35,7
Jumlah	42	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa jumlah responden terbanyak adalah pada umur 41 - 60 tahun yaitu sebanyak 20 orang (47,6 %) dan terendah pada umur 21 – 40 tahun yaitu sebanyak 7 orang (16,7%).

2. Jenis Kelamin

Hasil penelitian yang diperoleh mengenai jenis kelamin responden di RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango adalah sbb:

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Pasien Di RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango

Jenis Kelamin	N	%
Laki-Laki	25	59,5
Perempuan	17	40,5
Jumlah	42	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa jumlah responden terbanyak adalah jenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 25 orang (59,5 %), sedangkan responden perempuan sebanyak 17 orang (40,5 %).

3. Tingkat Pendidikan

Hasil penelitian yang diperoleh mengenai tingkat pendidikan responden di RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango adalah sbb :

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Tingkat Pendidikan Pasien Di RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango

Tingkat Pendidikan	N	%
SD	24	57,1
SMP	10	23,8
SMA	6	14,3
Perguruan Tinggi (PT)	2	4,8
Jumlah	42	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa jumlah responden tertinggi adalah tingkat pendidikan SD yaitu sebanyak 24 orang (57,1 %) dan terendah Perguruan Tinggi yaitu sebanyak 2 orang (4,8 %).

Analisis Univariat

1. Pola Makan

Hasil penelitian yang diperoleh mengenai pola makan responden di RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango adalah sbb :

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Pola Makan Pasien Di RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango

Pola Makan	N	%
Baik	18	42,9
Tidak Baik	24	57,1
Jumlah	42	100

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa jumlah responden terbanyak adalah mereka yang pola makannya tidak baik yaitu sebanyak 24 orang (57,1 %) dan pola makan baik sebanyak 18 orang (42,9 %).

2. Status Penyakit Responden

Distribusi responden berdasarkan status penyakit pasien/responden di RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango adalah sbb :

Tabel 5
Distribusi Frekuensi Status Pasien Di RSUD Toto Kabila
Kabupaten Bone Bolango

Status Pasien	N	%
Gout Arthritis	17	40,5
Tidak Gout Arthritis	25	59,5
Jumlah	42	100

Berdasarkan tabel 5

menunjukkan bahwa jumlah pasien yang menjadi responden adalah penderita penyakit gout arthritis yaitu sebanyak 17 orang (40,5 %) sebagai kelompok kasus dan penderita penyakit selain gout arthritis yaitu sebanyak 25 orang (59,5 %) sebagai kelompok kontrol.

Analisis Bivariat

Hasil penelitian yang diperoleh mengenai hubungan pola makan dengan kejadian penyakit gout arthritis pada pasien/responden di RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango.dapat dilihat pada tabel 6 berikut ini.

Tabel 6
Distribusi Kumulatif Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Penyakit Gout
Arthritis Di RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango

Pola Makan	Status Pasien				Total		X^2 <i>p value</i>	OR
	Gout Arthritis		Tidak Gout Arthritis					
	N	%	N	%	N	%		
Tidak Baik	13	54,2	11	45,8	24	100	4,356	4,136
Baik	4	22,2	14	77,8	18	100		
Total	17	40,5	25	59,5	42	100		

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa dari 24 pasien dengan pola makan tidak baik sebanyak 13 orang (54,2%) menderita gout arthritis, dan sebanyak 11 orang (45,8%) menderita penyakit selain gout arthritis. Pasien dengan pola makan yang baik hanya 4 orang (22,2%)

menderita penyakit gout arthritis, dan sebanyak 14 orang (77,8%) menderita penyakit selain gout arthritis.

Setelah dilakukan uji statistik Chi Square didapatkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan kejadian penyakit gout arthritis di RSUD Toto

Kabila Kabupaten Bone Bolango dimana didapatkan X^2 hitung = 4,356 pada taraf signifikansi = 0,05, derajat kebebasan (df) = 1, dan X^2 tabel = 3,481. Nilai signifikansi (p value) $0.04 < 0.05$ dan X^2 hitung $> X^2$ tabel, berarti H_0 ditolak dan H_a diterima, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian penyakit gout arthritis.

Nilai Odds Ratio menunjukkan nilai 4,136, artinya bahwa mereka yang pola makannya tidak baik berisiko 4,1 kali untuk menderita penyakit gout arthritis dari pada mereka yang pola makannya baik.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 17 orang pasien yang menderita gout arthritis (kelompok kasus), sebagian besar yaitu 13 orang (76,5%) pola makannya tidak baik. Demikian pula dari 24 responden dengan pola makan tidak baik sebagian besar menderita gout arthritis yaitu sebanyak 13 orang (54,2%). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa produksi asam urat meningkat akibat asupan eksogen yang berlebih dapat disebabkan tingginya asupan makanan yang kaya akan purin seperti daging dan hidangan laut. Choi dkk. (2004) dalam Kumala (2010), dari hasil penelitiannya menunjukkan bahwa tingginya asupan

daging dan hidangan laut dalam makanan sehari-harinya dapat meningkatkan risiko gout sebesar 1,41 dan 1,51 kali, berturut-turut.

Penelitian Setyoningsih (2009) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hiperurisemia pada pasien rawat jalan di RSUP Dr. Kariadi Semarang, diperoleh hasil bahwa faktor asupan purin mempunyai hubungan yang paling erat dengan kejadian hiperurisemia (OR= 10,054). Penelitian sebelumnya oleh Hensen dan Putra (2007) pada masyarakat Kecamatan Ubud di Bali juga menunjukkan adanya hubungan antara konsumsi purin dengan kejadian hiperurisemia dengan nilai $p = 0,001$.

Menurut Rahmawati (2010), salah satu faktor yang menyebabkan seseorang berisiko terserang penyakit asam urat/gout arthritis adalah pola makan (mencakup frekuensi makan, jenis makanan, dan jumlah/porsi makan). Asupan makanan yang masuk kedalam tubuh juga mempengaruhi kadar asam urat dalam darah. Makanan yang tinggi zat purin akan diubah menjadi asam urat. Makanan yang mengandung purin tinggi umumnya menghasilkan urin yang bersifat asam dan meningkatkan ekskresi asam urat melalui urin. Purin yang tinggi terdapat pada jeroan dan *sea food*, seperti

udang, cumi, kerang, kepiting, dan ikan teri. Apabila hasil pemeriksaan laboratorium kadar asam urat terlalu tinggi, maka perlu diperhatikan adalah makanan dan minuman yang dikonsumsi dan menghindari makanan dan minuman yang memicu naiknya asam urat.

Pola makan mempengaruhi terjadinya penyakit gout arthritis, oleh karena itu diperlukan pengaturan diet atau pengaturan menu makanan yang bertujuan untuk mengurangi pembentukan asam urat, menurunkan berat badan apabila penderita terlalu gemuk, serta mempertahankan berat badan dalam batas normal. Untuk mencapai tujuan tersebut, harus memenuhi beberapa syarat pemberian makanan yang harus mencukupi kebutuhan zat gizi (Yenrina dan Krisnatuti, 2009).

Sebagian faktor risiko hiperurisemia dan gout berkaitan dengan pola/gaya hidup dan faktor gizi. Gout merupakan gangguan metabolik, yang secara bermakna dipengaruhi faktor-faktor berkaitan dengan gizi. Penelitian yang telah dilakukan menunjukkan modifikasi terintegrasi gaya hidup dan gizi merupakan elemen yang penting dalam strategi penatalaksanaan gout sesuai dengan strategi penatalaksanaan pada penyakit kronik. Oleh karena itu, gizi

mempunyai peran penting dalam penatalaksanaan hiperurisemia dan gout. Pembatasan asupan purin dan bir, minum susu skim segelas perhari serta penurunan berat badan telah direkomendasikan oleh para pakar untuk menurunkan insidens dan kekambuhan pirai. Di samping itu, dilaporkan bahwa penurunan berat badan, pembatasan asupan kalori dan karbohidrat, dengan meningkatkan asupan protein dan lemak tak jenuh secara proporsional juga merupakan upaya penatalaksanaan gout dari aspek gizi (Kumala, 2010).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Sebagian besar pola makan pasien gout arthritis di RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango adalah pola makan tidak baik.
2. Ada hubungan pola makan dengan kejadian penyakit gout arthritis di RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango, di mana pasien yang pola makannya tidak baik berisiko 4,136 kali menderita penyakit gout arthritis.

Saran

1. Bagi rumah sakit, perlu memberikan penyuluhan dan konseling gizi bagi pasien terutama pasien-pasien dengan

penyakit yang ada kaitannya dengan masalah asupan zat-zat gizi.

2. Bagi pasien dan keluarganya, agar lebih memperhatikan dan menjalankan pola makan yang baik serta memperhatikan makanan yang bisa dikonsumsi dan tidak bisa dikonsumsi oleh penderita penyakit gout arthritis.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, 2006, *Penuntun Diet Edisi Baru*. PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- Budianti, Alfinda, 2008, *Status Gizi Dan Riwayat Kesehatan Sebagai Determinan Hiperurisemi*, Program Studi Gizi Masyarakat Dan Sumber Daya Keluarga Fakultas Pertanian Institut Pertanian Bogor, <http://repository.ipb.ac.id/bitstream/handle/123456789/1298/A08abu.pdf;jsessionid=A6529A08F7334469C8F4BF02000F8A0F?sequence=5>. (Diakses 6 Januari 2015).
- Budiarto, 2001, *Biostatistika untuk Kedokteran dan Kesehatan Masyarakat*. EGC, Jakarta.
- Balitbangkes, 2013, *Data Riset Kesehatan Dasar Republik Indonesia Tahun 2013*. Kemenkes RI.
- Carter, Michael A. 2006. *Gout* (dalam Buku Patofisiologi, Konsep Klinis Proses-proses Penyakit, Edisi 6, Vol. 2, Editor Sylvia A. Price & Lorraine M. Wilson), EGC, Jakarta.
- Hensen & Putra, T.R. 2007. *Hubungan Konsumsi Purin dengan Hiperurisemia pada Suku Bali di Daerah Pariwisata Pedesaan*. Bagian/SMF Ilmu Penyakit Dalam Unud/RS Sanglah. <http://download.portalgaruda.org/article.phparticle/131268val/927.pdf>, diakses 27 Juni 2015.
- Karyadi, Elvina, 2002. *Hidup Bersama Hipertensi, Asam Urat, Jantung Koroner*. PT Intisari Mediatama, Jakarta.
- Kumala, M. 2010. *Peran Gizi Dalam Penatalaksanaan Hiperurisemia dan Pirai*, *Damianus Journal of Medicine*, Vol.9, No.2, Juni 2010.
- Pratiwi, F Vestita, 2013, *Gambaran Kejadian Asam Urat (Gout) Berdasarkan Kegemukan Dan Konsumsi Makanan (Studi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kalisat Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember)*. Bagian Gizi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember. http://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/24626/AB%20%28330%29_1.pdf?sequence=1, diakses 30 januari 2015.
- Rahmawati, Sita, 2010, *Menu Sehat Asam Urat*. PT Pustaka Insan Madani, Anggoya IKAPI: Yogyakarta.
- Rekam Medik RSUD Toto Kabila, 2013-2014. *Data Pasien Penyakit Gout Arthritis*. RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango.
- Setyoningsih, Rini, 2009. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hiperurisemia pada Pasien Rawat Jalan di RSUD DR. Kariadi Semarang*, Artikel Penelitian.

<http://eprints.undip.ac.id/252341237/G2C005301.pdf>, diakses 27 Juni 2015.

Yendrina, R dan Krisnatuti Diah, 2009, *Diet Sehat Untuk Penderita Asam Urat*. Penebar Swadaya, Bogor.