

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN
KADAR ASAM URAT DI DUSUN NITEN
NOGOTIRTO GAMPING SLEMAN
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun oleh:
HARIADI
201210201102**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2016**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN
KADAR ASAM URAT DI DUSUN NITEN
NOGOTIRTO GAMPING SLEMAN
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

**Disusun oleh:
HARIADI
201210201102**

Telah Disetujui Oleh Pembimbing

Pada tanggal:

16 September 2016



Pembimbing



Edy Suprayitno, M.Kep.

HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN KADAR ASAM URAT DI DUSUN NITEN NOGOTIRTO GAMPING SLEMAN YOGYAKARTA¹

Hariadi², Edy Suprayitno³, Lutfi Nurdian Asnindari⁴

Email: haliadi@yahoo.com

Latar Belakang: Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *arthritis gout* adalah jenis kelamin, IMT, asupan karbohidrat dan asupan purin. Asupan purin merupakan faktor risiko paling kuat yang berhubungan dengan kejadian asam urat. **Tujuan:** menganalisis hubungan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan kadar asam urat di Dusun Niten, Nogotirto, Gamping Sleman Yogyakarta. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif korelasional dengan rancangan *cross sectional*. Dengan *simple random sampling*. Kadar asam urat diukur dengan alat *Glucose Uric Acid (GUA)* dan IMT dihitung berdasarkan hasil pengukuran tinggi badan dan berat badan. dianalisis dengan uji korelasi *spearman rank*.

Hasil: 73,8% responden laki-laki dan 86,5% responden perempuan diketahui memiliki IMT normal. Sebanyak 52,4% responden laki-laki dan 81,1% responden perempuan diketahui memiliki kadar asam urat normal. Hasil uji korelasi responden laki-laki ($p=0,000$, $r=0,542$) meskipun responden perempuan ($p=0,005$, $r=0,454$). **Simpulan:** ada hubungan yang signifikan dengan tingkat keamatan yang sedang antara IMT dengan kadar asam urat di Dusun Niten, Nogotirto, Gamping Sleman Yogyakarta. **Saran:** Masyarakat Dusun Niten untuk menjaga IMT berada pada kategori normal, mengurangi konsumsi asupan purin, meningkatkan konsumsi serat dan air putih untuk menurunkan resiko peningkatan kadar asam urat.

Kata kunci : kadar asam urat, indeks massa tubuh

Background: faktor related to the incidence of arthritis gout gender, BMI, carbohydrate and purin intake, purin intake a risk factor most strongly associated with the incidence of gout.

Objective: Aim of this research was to examine the association of body mass index (BMI) and uric acid level in Niten Village, Nogotirto, Gamping Sleman Yogyakarta. **Method:** The study was correlational descriptive with cross sectional design. taken by simple random sampling technique. Uric acid levels were measured with glucose uric acid (GUA) and BMI were calculated from height and weight measurement results. The cross sectional relationship between BMI and uric acid level was investigated using spearman rank correlation test.

Result: 73.8% of male respondents and 86.5% of female respondents are known to have a normal BMI. A total of 52.4% of male respondents and 81.1% of female respondents are known to have uric acid levels normal. Hasil correlation of male respondents ($p = 0.000$, $r = 0.542$) female respondents ($p = 0.005$, $r = 0.454$). **Conclusion:** there is a significant correlation with the level of closeness being between BMI levels of uric acid in the hamlet Niten, Nogotirto, Gamping Sleman, Yogyakarta. **Suggestion:** The present study suggest Niten villagers to maintain BMI category to stay normal, reduce purine intake, increase fiber and water intake to reduce the increased risk of uric acid level.

Keywords : uric acid level, body mass index

¹Judul Skripsi

²Mahasiswa PSIK Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³Dosen PSIK Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

PEDAHULUAN

Arthritis Gout merupakan salah satu penyakit degeneratif. Salah satu tanda dari penyakit *arthritis gout* adalah adanya kenaikan kadar asam urat dalam darah (hiperurisemia). Berdasarkan jurnal penelitian *Best Practice & Research Clinical Rheumatology* pada tahun 2010, terhadap 4683 orang dewasa menunjukkan bahwa angka prevalensi gout dan hiperurisemia di Indonesia pada pria adalah masing-masing 1,7 dan 24,3%. Dimana rasio perbandingan laki-laki dan perempuan adalah 34:1 untuk *gout*, dan 2:1 untuk hiperurisemia (Smith, 2010).

Selama tahun 2007-2009, 49,9 juta orang dewasa di Amerika Serikat dilaporkan telah didiagnosis *arthritis gout* jenis rematik, *gout*, lupus dan fibromyalgia. Pada tahun 2010-2012 mengalami peningkatan menjadi 52,5 juta orang dewasa dan telah diperkirakan akan mengalami kenaikan setiap tahunnya dimana pada tahun 2030 akan mencapai 67 juta orang dewasa di Amerika Serikat (*Center for Disease Control and Prevention*, 2013). Prevalensi hiperurisemia atau peningkatan kadar asam urat di Amerika Serikat tahun 1988-1994 yaitu 18,2% kemudian pada tahun 2007-2008 mengalami peningkatan prevalensi menjadi 21,4% (Zhu, dkk, 2011).

Indonesia memiliki prevalensi penderita *arthritis gout* sebanyak 11,9% dengan tanda-tanda klinik mencapai 24,7% sedangkan di provinsi Sulawesi Utara, diagnosis penyakit sendi memiliki prevalensi 10,3% dan diagnosis ditambah gejala klinik memiliki prevalensi 19,1% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2013).

Angka prevelansi *arthritis gout* dipengaruhi oleh tinggi rendahnya kadar asam urat. Semakin tinggi kadar asam urat, semakin besar risiko terjadinya *arthritis gout*. Berikut penyebaran *arthritis gout* berdasarkan penderitanya. Kadar asam urat lebih dari 9 mg/dl didapatkan 4,9% menderita *gout*, kadar asam urat 7-8,9 mg/dl didapatkan 5% menderita *arthritis gout*, kadar asam urat kurang dari 7 mg/dl didapatkan 0,1% menderita *arthritis gout* (Lanny, 2012).

Negara Indonesia 32% serangan *arthritis gout* terjadi pada pria dewasa usia di bawah 34 tahun. Sementara di luar negeri rata-rata diderita oleh kaum pria diatas usia tersebut. Keluarga yang mempunyai riwayat positif penyakit *gout*, menurut Caecilia, 60% anggota keluarganya terkena serangan *gout*, dan hampir 47,4% diantaranya kaum pria, pria

gemuk punya kecendrungan tinggi daripada yang kurus. Sebaliknya, gout lebih sedikit diderita pada anak-anak atau wanita dibawah menopause (Caecilia dalam Damayanti, 2012).

Menteri Kesehatan Indonesia mengadakan pelatihan pada setiap Kader Pos Binaan Terpadu. Dengan pelatihan simulasi 5 meja dengan praktik penggunaan alat ukur kesehatan seperti pada penyakit asam urat, diabetes, dan kolesterol. Semua indikator pengukuran tersebut sangat erat dengan kejadian penyakit tidak menular yang perlu diperhatikan yaitu pada kelompok umur, terutama pada usia dewasa dan lanjut usia. Cara menghindari penyakit tidak menular dilakukan dengan (C: cek kesehatan berkala, D: diet seimbang, E: enyahkan asap rokok, I: istirahat cukup, K: kendalikan stres (CERDIK) (Hasyim, 2013).

Hasil data yang diperoleh dari dinas kesehatan Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta, bahwa prevalensi penyakit *arthritis gout* yang sudah terdiagnosa terdapat 9,3% dan yang di diagnosa oleh tenaga kesehatan lain dengan gejala terdapat 27,1% data ini diperoleh dari hasil Riskesdas pada tahun 2007, dan pada data di Daerah Sleman pada usia lanjut 60-69

tahun terdapat gangguan sendi *arthritis gout* sebanyak 2.584 kasus.

Peningkatan kadar asam urat yang berlebihan disebabkan oleh dua kemungkinan utama, yaitu kelebihan produksi asam urat dalam tubuh atau terhambatnya pembuangan asam urat oleh tubuh. Beberapa penelitian telah dilakukan untuk mengetahui faktor risiko terjadinya hiperurisemia, berhubungan dengan berbagai etnis, reaksi enzimatik dan pengaruh lingkungan. Selain akibat adanya kelainan proses metabolisme dalam tubuh, faktor kebiasaan hidup termasuk konsumsi tinggi purin, konsumsi alkohol dan obesitas berhubungan dengan penyakit *arthritis gout* yang ditandai dengan adanya hiperurisemia (Rothenbacher dkk, 2011).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian *non-eksperimen*, menggunakan metode *deskriptif korelasi* yaitu untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih, tanpa melakukan perubahan, tambahan atau manipulasi terhadap data yang sudah ada (Arikunto, 2010). Pendekatan waktu yang digunakan dalam penelitian ini dengan pendekatan *cross sectional* yaitu suatu penelitian menggunakan pengukuran variabel-

variabelnya dilakukan hanya satu kali pada satu waktu.

Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 79 responden atau 10% dari 786 responden. Responden ini diambil sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang sudah ditetapkan oleh peneliti.

Alat Pengumpulan Data

Alat glucose Uric Acid (GUA) dengan merek easy touch dengan nomor DEPKES RI AKL NOMOR. 20101902214 untuk mengukur kadar asam urat. Meteran untuk Pengukuran Tinggi Badan. CAMRY yang telah dikalibrasi dengan nomor sertifikat 055-LK-LKU/III/2015: untuk mengukur berat badan.

Lembar Catatan IMT dan Kadar Asam Urat : diisi oleh peneliti untuk mengetahui hubungan indeks massa tubuh dengan kadar asam urat.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji statistik melalui *software* komputer program *Statistical Program for Sosial Science* (SPSS) 16.0 *for windows*.

Analisis univariat untuk menggambarkan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti (indeks massa tubuh, kadar asam urat).

Analisis Bivariat hasil keseluruhan dari indeks massa tubuh dan kadar asam urat

tersebut sebelum dilakukan uji statistik parametrik, maka harus dilakukan uji kenormalan distribusi data terlebih dahulu, kemudian sebelum dilakukan uji parametrik akan dilakukan uji normalitas data menggunakan uji *Shapiro Wilk*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden Penelitian

Tabel 4.1 Karakteristik Responden di Dusun Niten Nogotirto Gamping Sleman Tahun 2016

Usia	Laki-laki		Perempuan	
	F	%	f	%
30-40 tahun	16	38,1	7	18,9
41-59 tahun	26	61,9	30	81,1
Jumlah (n)	42	100	37	100

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa pada kelompok responden laki-laki, sebagian besar responden diketahui berusia 41-59 tahun yaitu sebanyak 26 orang (61,9%). Sementara itu pada kelompok responden perempuan, sebagian besar responden diketahui juga berusia 41-59 tahun yaitu sebanyak 30 orang (81,1%).

2. Indeks Massa Tubuh (IMT) Responden Penelitian

Tabel 4.2 Indeks Massa Tubuh (IMT)
di Dusun Niten Nogotirto Gamping Sleman
Tahun 2016

Indeks Massa Tubuh (IMT)	Laki-laki		Perempuan	
	f	%	f	%
Kurang	6	14,3	3	8,1
Normal	31	73,8	32	86,5
<i>Overweight</i>	1	2,4	2	5,4
Obesitas	4	9,5	0	0
Jumlah (n)	42	100	37	100

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa pada kelompok responden laki-laki, sebagian besar responden memiliki IMT normal yaitu sebanyak 31 orang (73,8%). Sementara itu pada kelompok responden perempuan, sebagian besar responden juga

memiliki IMT normal yaitu sebanyak 32 orang (86,5%).

3. Kadar Asam Urat Responden Penelitian

Tabel 4.3 Kadar Asam Urat di Dusun
Niten Nogotirto Gamping Sleman
Tahun 2016

Kadar Asam Urat	Laki-laki		Perempuan	
	F	%	F	%
Tinggi	20	47,6	7	18,9
Normal	22	52,4	30	81,1
Rendah	0	0	0	0
Jumlah (n)	42	100	37	100

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui bahwa pada kelompok responden laki-laki, sebagian besar responden memiliki kadar asam urat normal yaitu sebanyak 22 orang (52,4%). Sementara itu pada kelompok responden perempuan, sebagian besar responden juga memiliki kadar asam urat normal yaitu sebanyak 30 orang (81,1%).

a. Tabulasi Silang IMT dan Kadar Asam Urat Responden Perempuan

Tabel 4.4 Tabulasi Silang IMT dan Kadar Asam Urat Pada Responden Perempuan di Dusun Niten Nogotirto Gamping Sleman

Tahun 2016

4. Tabulasi Silang Indeks Massa Tubuh (MIT) dan Kadar Asam Urat

IMT	Kadar Asam Urat						Jumlah	
	Tinggi		Normal		Rendah		f	%
	f	%	f	%	f	%		
Kurus	0	0	3	100	0	0	3	100
Normal	6	18,8	26	81,3	0	0	32	100
<i>Overweight</i>	1	50	1	50	0	0	2	100
Obesitas	0	0	0	0	0	0	0	0

Berdasarkan tabel 4.4 diketahui bahwa pada kelompok responden perempuan, sebagian besar responden yang memiliki IMT normal diketahui juga memiliki kadar asam urat normal (81,3%). Seluruh responden yang memiliki IMT kurus diketahui memiliki asam urat normal. Sementara itu pada responden dengan IMT *overweight* sebagian responden diketahui

memiliki kadar asam urat normal (50%) dan kadar asam urat tinggi (50%).

b. Tabulasi Silang IMT dan Kadar Asam Urat Responden Laki-laki

Tabel 4.5 Tabulasi Silang IMT dan Kadar Asam Urat Pada Responden Laki-laki di Dusun Niten Nogotirto Gamping Sleman Tahun 2016

IMT	Kadar Asam Urat						Jumlah	
	Tinggi		Normal		Rendah		f	%
	f	%	f	%	f	%		
Kurus	2	33,3	4	66,7	0	0	6	100
Normal	16	51,6	15	48,4	0	0	31	100
<i>Overweight</i>	1	100	0	0	0	0	1	100
Obesitas	1	25	3	75	0	0	4	0

Berdasarkan tabel 4.5 diketahui bahwa pada kelompok responden laki-laki, sebagian besar responden yang memiliki IMT normal diketahui memiliki kadar asam urat tinggi (51,6%). Sebagian besar responden yang memiliki IMT kurus diketahui memiliki asam urat normal (66,7%). Pada responden dengan IMT

overweight seluruh responden diketahui memiliki kadar asam urat tinggi. Sementara itu pada responden dengan IMT obesitas sebagian besar responden diketahui memiliki IMT normal (75%).

5. Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Kadar Asam Urat

Tabel 4.6 Hasil Pengujian *Pearson Correlation* Hubungan IMT dan Kadar

Asam Urat di Dusun Niten Nogotirto
Gamping Sleman Tahun 2016

Jenis kelamin	Korelasi (r)	Signifikansi (p)	Keterangan
Laki-laki	0,542	0,000	Ada hubungan signifikan
Perempuan	0,454	0,005	Ada hubungan signifikan

Pada tabel 4.6 dapat diketahui bahwa hasil uji korelasi *Pearson* menghasilkan nilai signifikansi (p) sebesar 0,000 untuk jenis kelamin laki-laki dan sebesar 0,005 untuk jenis kelamin perempuan. Nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,05 mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel (Dahlan, 2013). Dalam hal ini diketahui adanya hubungan yang signifikan antara IMT dengan kadar asam urat di Dusun Niten Nogotirto Gamping Sleman baik pada responden laki-laki maupun perempuan.

Nilai korelasi (r) sebesar 0,542 untuk jenis kelamin laki-laki dan sebesar 0,454 untuk jenis kelamin perempuan yang besarnya berada di antara 0,40 sampai 0,599 menunjukkan hubungan yang ada bersifat sedang (Sugiyono, 2009). Dengan demikian dapat disimpulkan adanya hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh (IMT) dan kadar asam urat di Dusun Niten Nogotirto Gamping Sleman dengan tingkat keeratan hubungan sedang baik pada responden laki-laki maupun perempuan.

PEMBAHASAN

1. Indeks Massa Tubuh (IMT) di Dusun Niten Nogotirto Gamping Sleman

Indeks massa tubuh (IMT) pada kelompok responden laki-laki dan perempuan sebagian besar adalah normal yaitu sebanyak 31 orang (73,8%) pada kelompok responden perempuan dan sebanyak 32 orang (86,5%) pada kelompok responden laki-laki. Pada kelompok responden laki-laki ditemukan juga adanya 4 orang (9,5%) yang memiliki IMT obesitas dan pada kelompok responden perempuan tidak ditemukan adanya IMT obesitas. Persentase responden yang memiliki IMT normal pada penelitian ini lebih tinggi dari capaian IMT normal usia dewasa Kabupaten Sleman berdasarkan hasil RISKESDAS (Riset Kesehatan Dasar) tahun 2013 yang hanya mencapai 57,6% dari sebelumnya 55,8% pada tahun 2007. Meskipun demikian tren IMT normal usia dewasa di Kabupaten Sleman dalam 10 tahun terakhir memang cenderung menunjukkan peningkatan (Dinkes DIY, 2014).

Prevalensi IMT normal yang tinggi pada penelitian ini dapat dipengaruhi oleh faktor lokasi penelitian yang berada di wilayah rural (pedesaan). Rosmalina dkk. (2007) dalam penelitian yang membandingkan tingkat kebugaran jasmani di Desa dan Kota Bogor menemukan bahwa rata-rata penduduk desa memiliki IMT normal pada batas bawah atau lebih rendah dari IMT penduduk kota yang mendekati *overweight*.

IMT pada penduduk pedesaan sebagaimana pada penelitian ini disebabkan karena pola makan dan gaya hidup di wilayah rural yang sehat. Gaya hidup kota umumnya erat dengan makanan instan dan makanan cepat saji dengan kecenderungan kurang gerak karena pekerjaan yang statis. Adhiyanti dkk. (2015) mengungkapkan bahwa kelebihan asupan kalori dari kebutuhan normal dan diiringi dengan kurangnya pembakaran kalori melalui aktivitas fisik menyebabkan status nutrisi melebihi kebutuhan metabolisme sehingga terjadi obesitas.

2. Kadar Asam Urat di Dusun Niten Nogotirto Gamping Sleman

Kadar asam urat pada kelompok responden laki-laki dan perempuan sebagian besar adalah normal yaitu sebanyak 30 orang (81,1%) pada kelompok

responden perempuan dan sebanyak 22 orang (52,4%) pada kelompok responden laki-laki. Tidak ada responden yang memiliki kadar asam urat rendah pada kedua kelompok. Kadar asam urat tinggi ditemukan pada kelompok responden laki-laki sebanyak 20 orang (47,6%) dan pada kelompok.

Prevalensi kadar asam urat tinggi yang lebih banyak ditemukan pada kelompok responden pada laki-laki sesuai dengan hasil penelitian Taniguchi dan Kamatani, (2008) yang menemukan bahwa laki-laki, terutama laki-laki berusia di atas 30 tahun cenderung memiliki kadar asam urat yang lebih tinggi daripada perempuan. Hal ini disebabkan adanya peranan proteksi dari hormone estrogen pada perempuan yang membantu ginjal dalam mengeliminasi asam urat melalui urine. Proteksi estrogen tersebut akan menghilang setelah perempuan mengalami menopause sehingga resiko asam urat pada laki-laki dan perempuan adalah sama. Pada penelitian ini, status menopause responden tidak diketahui. Akan tetapi jika merujuk pada rentang usia responden laki-laki maupun perempuan yang seluruhnya berada pada rentang 30-59 dapat diketahui bahwa responden laki-laki memang sedang berada pada usia rawan asam urat.

Sementara itu pada responden perempuan, resiko rawan asam urat hanya terjadi pada responden berusia di atas 55 tahun yang kemungkinan dapat mengalami menopause meskipun tetap terbuka adanya kemungkinan menopause dini oleh berbagai sebab.

Kadar asam urat responden yang normal pada penelitian ini juga dapat dipengaruhi oleh kebiasaan olahraga penduduk di Dusun Niten yakni senam aerobik, tenis meja dan voli. Olahraga memperbaiki kondisi kekuatan tubuh dan kelenturan sendi sehingga memperkecil resiko kerusakan sendi akibat radang sendi.

3. Hubungan IMT dengan Kadar Asam Urat di Dusun Niten Nogotirto Gamping Sleman

Hasil penelitian menemukan adanya hubungan yang signifikan antara IMT dengan kadar asam urat di Dusun Niten Nogotirto Gamping Sleman baik pada responden laki-laki maupun perempuan ($p < 0,05$). Keeratan hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dan kadar asam urat di Dusun Niten Nogotirto Gamping Sleman pada responden laki-laki maupun perempuan adalah sedang.

Purwaningsih (2009) mengemukakan bahwa seseorang yang memiliki berat badan berlebih biasanya memiliki pola

makan yang berlebih daripada yang dibutuhkannya, pada pola makan tersebut kemungkinan juga terjadi asupan purin yang berlebihan pula di samping asupan karbohidrat, protein dan lemak. Selain itu berat badan berlebih menyebabkan penekanan pada bagian sendi sehingga asam urat sulit dikeluarkan dalam tubuh dan juga memicu terjadinya resistensi insulin.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian Lumunon dkk. (2015) yang menemukan adanya hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan kejadian *arthritis gout* pada lansia di Puskesmas Wawowasa Manado ($p < 0,05$). Penelitian Saag dan Choi (2008) bahkan menemukan jika peningkatan IMT seseorang meningkatkan resiko kadar asam urat yang tinggi. Individu dengan IMT 23-24,9 kg/m^2 beresiko 1,4 kali memiliki kadar asam urat tinggi, pada IMT 25-29,9 kg/m^2 individu beresiko 2,35 kali memiliki kadar asam urat tinggi, pada IMT 30-34,9 kg/m^2 individu beresiko 3,26 kali memiliki kadar asam urat tinggi dan resiko terbesar yakni sebesar 4,41 kali ada pada individu dengan IMT 35 kg/m^2 .

Kadar asam urat yang tinggi pada individu dengan status IMT *overweight* dan obesitas disebabkan karena individu

yang memiliki berat badan berlebih umumnya memiliki simpanan lemak yang tinggi. Simpanan lemak yang tinggi berhubungan dengan resistensi insulin dan individu komponen dari sindrom metabolik termasuk hipertensi, dislipidemia dan hiperinsulinemia yang berhubungan dengan status kadar asam urat (Augne dan

Pada responden dengan IMT normal, kadar asam urat yang tinggi dapat disebabkan oleh asupan purin yang tinggi. Asupan purin yang tinggi dapat terjadi tidak hanya pada responden dengan IMT normal melainkan juga pada responden dengan IMT *overweight*. Hal ini dikarenakan status IMT tidak mencerminkan asupan purin, melainkan hanya mencerminkan asupan lemak, asupan karbohidrat dan status klirens asam urat. Responden dengan status IMT *overweight* ataupun obesitas juga tetap dapat memiliki kadar asam urat yang normal jika responden tersebut memiliki asupan purin yang rendah dan memiliki perilaku hidup sehat untuk menghindari asam urat.

Perilaku hidup sehat untuk menghindari asam urat selain dengan mengontrol asupan purin adalah dengan melakukan olahraga teratur juga harus disertai dengan perilaku lain. Perilaku tersebut yakni

konsumsi air putih yang tinggi (minimal 10-12 gelas per hari) dan konsumsi serat yang tinggi seperti oats, brokoli, apel, jeruk, pir, stroberi, blueberry, mentimun, seledri, wortel, serat akasia dan barley (Adhiyanti dkk., 2015).

Keterbatasan Penelitian

Peneliti ini tidak mengendalikan variabel pengganggu asupan purin dan riwayat penyakit yang dapat berperan mengintervensi hubungan antara IMT dengan kadar asam urat.

Simpulan

1. Indeks massa tubuh responden di Dusun Niten Nogotirto Gamping Sleman sebagian besar adalah normal baik pada kelompok responden laki-laki (73,8%) maupun kelompok responden perempuan (86,5%).
2. Kadar asam urat responden di Dusun Niten Nogotirto Gamping Sleman sebagian besar adalah normal baik pada kelompok responden laki-laki (52,4%) maupun kelompok responden perempuan (81,1%).
3. Ada hubungan signifikan dengan keeratan yang sedang antara indeks massa tubuh dengan kadar asam urat di Dusun Niten Nogotirto Gamping Sleman memiliki kadar asam urat normal pada kelompok responden laki-laki ($p=0,000$, $r=0,542$) maupun kelompok responden perempuan ($p=0,005$, $r=0,454$).

Saran

1. Bagi masyarakat di Dusun Niten Nogotirto Gamping Sleman

Masyarakat disarankan untuk menjaga berat badan agar selalu berada dalam kategori normal untuk menurunkan resiko penyebab asam urat. Masyarakat juga disarankan untuk menurunkan asupan purin, meningkatkan konsumsi air putih (minimal 10-12 gelas per hari) dan meningkatkan konsumsi serat untuk menurunkan resiko asam urat, terutama pada perempuan yang mengalami masa transisi pre-menopause hingga menopause.

2. Bagi profesi perawat

Profesi perawat disarankan untuk memberikan konseling pada masyarakat mengenai pencegahan asam urat, terutama pada perempuan yang mengalami masa transisi pre-menopause hingga menopause.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengendalikan variabel pengganggu asupan purin dan riwayat penyakit yang dapat berperan mengintervensi hubungan antara IMT dengan kadar asam urat.

DAFTAR PUSTAKA

Augne, D. & Vatten, L.J. (2014). Body Mass Index and The Risk of Gout: A Systematic Review and Dose-Response Metal-Analysos of

Prospective Studies. *European Journal of Nutrition* 53(8): 1591-1601.

Adhiyanti, Y., Pitriani, R., Damayanti, I.P. (2015). *Panduan Lengkap Keterampilan Dasar Kebidanan I*. Deepublish: Yogyakarta.

Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Badan Penelitian dan Pengembangan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2013). *Riset Kesehatan Dasar (2013)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Caecilia & Damayanti, (2012). *Panduan Lengkap Mencegah Dan Mengatasi Asam Urat*. Araska: Yogyakarta.

Dinkes DIY. 2014. *Riset Kesehatan Dasar (2013)*. Dinas Kesehatan Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta: Yogyakarta.

Hasyim, (2013). *Kemenkes tawarkan solusi CERDIK melalui posyandu*. www.depkes.go.id diperoleh tanggal 17 september (2013).

Lanny, (2012). *Bebas Penyakit Asam Urat Tanpa Obat..* Agromedia pustaka: Jakarta.

Purwaningsih T. (2009). *Faktor-faktor Risiko Hiperurisemia*.
<http://eprints.undip.ac.id/24334/1/TI>

Rosmalina, Y., Permaesih, D., Moeloek, D. (2007). Gambaran Tingkat Kesegaran Jasmani Lansia Laki-laki Tidak Anemia di Desa dan Kota. *Gizi Indonesia* 30(1): 57-69

Rothenbacher, D., Primatesta, P., & Ferreira, A. (2011). Frequency and risk factors, of gout flares in a large population-based cohort of incident gout. *Oxford University*, 50:973-98.

Saag, K.G. & Choi, H. (2008). Epidemiology, Risk Factors and Lifestyle Modifications For Gout. *Arthritis Research and Therapy* 8(1): 1-7.

Smith, C. Diaz-Torne, F. Perez-Ruiz, L.M. march, (2010). Epidemiologi of gout: an update, *Best Practice & Research Clinical Rheumatology* 24 (2010).

Sugiyono, (2008). *Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif dan R&D*

Zhu, Y., Pandya, B, J., Choi, H, K. (2011). *Prevalence of gout and hyperuricemia in the US general population: the National Health and Nutrition Examination Survey 2007-2008. Arthritis gout.*



Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta