

Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gout Arthritis Pada Lansia Di Desa Tungulo Kecamatan Limboto Barat Kabupaten Gorontalo

Arham Laita¹, Rosmin Ilham², Nur Uyuun I. Biahimo³

^{1,2,3} Universitas Muhammadiyah Gorontalo

Email: arhamlaita558@gmail.com¹, rosminilham@umgo.ac.id², nuruyuun@gmail.com³

Abstrak

Gout artharitis merupakan salah satu penyakit degeneratif yang banyak terjadi pada lansia dan berhubungan erat dengan pola makan, khususnya konsumsi makanan tinggi purin. Pola makan yang tidak sehat dapat meningkatkan kadar asam urat dalam darah sehingga memicu terjadinya gout artharitis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian gout artharitis pada lansia di desa Tungulo, Kecamatan Limboto Barat, Kabupaten Gorontalo. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain analitik menggunakan pendekatan cross-sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang berada di desa tungulo dengan jumlah sampel sebanyak 47 responden yang di ambil menggunakan Teknik total sampling. Data di kumpulkan melalui kuisioner mengenai pola makan dan pemeriksaan kadar asam urat, kemudian di analisis menggunakan uji statistic chi-square. Hasil penelitian menunjukan bahwa sebagian besar responden memiliki pola makan yang tidak baik. Analisa bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian gout artharitis pada lansia dengan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukan bahwa pola makan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi terhadap kejadian gout artharitis. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian gouth artharitis pada lansia. untuk memperbaiki pola makan dengan mengurangi konsumsi makanan tinggi purin serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya pola hidup sehat guna mencegah terjadinya gout artharitis.

Kata Kunci: Pola makan, gout arthrtis, lansia, asam urat.

Abstract

Gout arthritis is a degenerative disease that often occurs in the elderly and is closely related to diet, especially the consumption of foods high in purine. An unhealthy diet can increase uric acid levels in the blood, thereby triggering gout arthritis. This study aims to determine the relationship between diet and the incidence of gout arthritis in the elderly in Tungulo village, West Limboto District, Gorontalo Regency. This type of research is quantitative research with an analytical design using a cross-sectional approach. The population in this study were all elderly people in Tungulo village with a sample of 47 respondents taken using the total side technique. Data were collected through questionnaires regarding diet and uric acid level examination, then analyzed using the chi-square statistical test. The results showed that most respondents had poor diet. Bivariate analysis showed a significant relationship between dietary patterns and the incidence of gouty arthritis in the elderly with a $p\text{-value}$ of 0.000 ($p < 0.05$). This indicates that dietary patterns are a factor influencing the incidence of gouty arthritis. The conclusion of this study is that there is a relationship between dietary patterns and the incidence of gouty arthritis in the elderly. It is recommended to improve dietary patterns by reducing consumption of foods high in purines and increasing awareness of the importance of a healthy lifestyle to prevent gouty arthritis.

Keywords: Diet, gouty arthritis, elderly, uric acid.

1. PENDAHULUAN

Lanjut usia (lansia) adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas dalam kehidupannya. Lansia berkaitan dengan proses penuaan. Penuaan bukan suatu penyakit tetapi merupakan proses yang secara bertahap mengakibatkan perubahan kumulatif dengan berbagai macam kerusakan molekuler dan seluler pada tubuh seiring berjalannya waktu. Hal ini menyebabkan penurunan kapasitas fisik dan mental secara bertahap dan peningkatan risiko penyakit (Fabanyo, 2024).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023, jumlah lansia di Indonesia mencapai lebih dari 28 juta jiwa atau sekitar 10,5% dari total penduduk nasional. Angka ini menunjukkan bahwa Indonesia telah memasuki fase transisi demografi dengan proporsi lansia yang signifikan. Menurut statistik Penduduk Lanjut Usia 2024, BPS mencatat bahwa proporsi lansia umur ≥ 60 tahun di Provinsi Gorontalo mencapai rata-rata 30,36 % untuk kategori usia 60–74 tahun dan 3,91 % untuk ≥ 75 tahun, sehingga totalnya adalah sekitar 34,27 % dari populasi provinsi atau sekitar ± 418.000 jiwa. Menurut kader kesehatan desa tunggulo data lansia di desa tunggulo sendiri berjumlah 260 jiwa.

Gout artharitis merupakan suatu penyakit yang diakibatkan karena penimbunan Kristal monosodium urat didalam tubuh seseorang (Elvie, 2022) Asam urat merupakan hasil metabolisme akhir dari purin yaitu salah satu komponen asam nukleat yang terdapat dalam inti sel tubuh Peningkatan kadar asam urat dapat mengakibatkan gangguan pada tubuh manusia seperti perasaan nyeri di daerah persendian dan sering disertai timbulnya rasa nyeri yang teramat sangat bagi penderitanya.

Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO) prevalensi gout artharitis meningkat menjadi 1370 (33,3%) pada tahun 2023 dengan kasus terbanyak pada negara Amerika serikat sebesar 26,3% dari total penduduk (WHO, 2023). Sementara prevalensi penyakit gout artharitis di Indonesia adalah 35% penderita dan banyak terjadi pada pria diatas 45 tahun. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kadar asam urat adalah Kebiasaan makan-makanan yang mengandung purin dapat meningkatkan asam urat dalam darah sehingga dapat menimbulkan gout. Terlalu banyak mengkonsumsi makanan yang tinggi kandungan nukleotida purinnya seperti sarden, kangkung, Jeroan, dan bayam (Arlinda, 2021) akan meningkatkan produksi asam urat.

Frekuensi makan yang terlalu jarang dapat menyebabkan fluktuasi kadar gula dan asam urat, sedangkan terlalu sering makan tanpa kendali bisa meningkatkan risiko obesitas dan gangguan metabolik lainnya. Di sisi lain, makanan rendah purin seperti sayur, buah, dan biji-bijian seringkali kurang mendapat prioritas dalam pola makan lansia di beberapa wilayah, termasuk Gorontalo. Jumlah makanan juga memegang peranan penting. Asupan makanan yang berlebihan, terutama dari sumber protein hewani, tanpa diimbangi dengan cairan yang cukup, dapat menyebabkan kelebihan purin dalam tubuh yang akhirnya mengendap dalam bentuk kristal di sendi. Ketidakseimbangan asupan ini juga kerap ditemukan di kalangan lansia yang tidak lagi memiliki kontrol makan yang baik, atau memiliki keterbatasan dalam mengakses informasi gizi.

Gout atau peningkatan kadar asam urat dalam darah adalah penyakit metabolik yang disebabkan oleh penumpukan kristal asam urat, yang biasanya dipicu oleh konsumsi makanan tinggi purin. Kristal ini menumpuk terutama di sendi sehingga menyebabkan peradangan dan nyeri (Fajriani, 2021). Penelitian oleh Nurhayati dkk. (2022) di Desa Limran menemukan bahwa pola makan yang tidak baik meningkatkan risiko penyakit gout. Sebanyak 88% responden dengan pola makan kurang baik mengalami peningkatan kadar asam urat, sementara hanya 12% dengan pola makan baik yang mengalami hal tersebut.

Berdasarkan data awal di desa tunggulo terdapat jumlah lansia 222 lansia yang menderita gout 47 lansia. dari hasil wawancara dengan 8 lansia yang di peroleh 6 lansia yang menderita di mana lansia ini selalu mengonsumsi makanan tinggi purin (kangkung, kacang kacangan, tahu, tempe) dan 2 lansia mengatakan tidak menderita gout (asam urat normal).

2. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan adalah kuantitatif analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara pola makan dan kejadian gout arthritis pada lansia, tanpa melakukan intervensi langsung (Nugraha 2020).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Karakteristik Responden

Karakteristik dari responden dalam penelitian ini adalah masyarakat desa tunggulo yang menderita gout arthritis (asam urat) yang berjumlah 47 responden. Adapun gambaran umum responden yang meliputi jenis kelamin, umur, Pendidikan, pekerjaan.

Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis kelamin	Frekuensi	Presentase(%)
1.	Laki Laki	25	53,2%
2.	Perempuan	22	46,8%
	total	47	100%

Sumber : data primer, 2025

Berdasarkan table 4.1, sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki yaitu 25 orang (53,2%), sedangkan perempuan sebanyak 22 orang (46,8%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Tabel 2 Karakteristik responden berdasarkan Umur

No	Umur	Frekuensi	Presentase %
1	Lanjut usia muda (<i>Elderly</i>) Usia 60-74 Tahun	43	91,5 %
2	Lanjut usia tua (<i>Old</i>) Usia 60-74 Tahun	4	8,5 %

Sumber : Data primer 2025

Berdasarkan table 4.2 menunjukkan bahwa dari 47 responden kelompok usia lanjut usia muda (60 – 74 Tahun) menjadi mayoritas responden dengan jumlah 43 responden (91,5 %) dan sisanya 4 responden (8,5%) pada kategori lanjut usia tua (75-90 tahun).

Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Tabel 3 Karakteristik Responden berdasarkan pendidikan

No	Pendidikan	Frekuensi	Presentase%
1.	Tidak Sekolah	4	8,5%
2.	SD	28	59,6%
3.	SLTP	9	19,1%
4.	SLTA	5	10,6%
5.	S1	1	2,1%
	Total	47	100 %

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa responden dengan pendidikan terbanyak pertama adalah pendidikan SD yaitu terdapat 28 responden (59,6%), , SLTP yaitu sebanyak 9

(19,1%), pendidikan SLTA 5 responden (10,6%), tidak sekolah yaitu sebanyak 4 responden (8,5%) dan S1 1 responden (2,1%)

Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Tabel 4 Karakteristik responden berdasarkan Pekerjaan

No	Umur	Frekuensi	Presentase %
1	Wiraswasta	29	61,7
2	Pensiunan	9	19,1
3	IRT	7	14,9
4	Tidak bekerja	2	4,3
	Total	47	100,0

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di Desa Tungulo bekerja sebagai wiraswasta yaitu sebanyak 29 orang (61,7%). Selanjutnya, responden yang berstatus pensiunan sebanyak 9 orang (19,1%), ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 7 orang (14,9%), dan tidak bekerja sebanyak 2 orang (4,3%).

Analisa Univariat

Pola Makan

Tabel 5 Distribusi frekuensi berdasarkan pola makan

Pola Makan	Jumlah	(%)
baik	19	38,3
cukup	29	61,7
Total	47	100.0

Sumber : data primer, 2025

Dari Jumlah 47 responden didapatkan bahwa kategori pola makan baik sebanyak 29 responden (61,7%) dan kategori cukup baik sebanyak 19 responden (38,3 %).

Kejadian Gouth Arthritis

Tabel 6 Distribusi frekuensi berdasarkan Gouth Arthritis

Gouth Arthritis	Jumlah	(%)
Tidak Gouth	19	41.4%
Gouth	28	59.6%
Total	47	100%

Sumber: Data primer 2025

Dari Jumlah 47 responden didapatkan bahwa kategori Gouth Arthritis sebanyak 28 responden (59,57%) dan kategori gouth normal sebanyak 19 responden (41,4%).

Analisis Bivariat

Tabel 7 Analisis hubungan pola makan dengan kejadian gout arthritis pada lansia di desa Tungulo

Pola Makan	Tidak Gouth		Gouth		Total		Uji statistic	
	N	%	N	%	N	%	p-value*	Koefisien korelasi
Cukup	-	-	28	59.6%	28	59.6%	0,000	1,000
Baik	19	41.4%	-	-	19	41.4%		

Total	19	41.4%	28	59.6%	47	100%
--------------	-----------	--------------	-----------	--------------	-----------	-------------

Sumber: Hasil Uji SPSS Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 4.8 menunjukkan bahwa responden yang memiliki pola makan yang baik dan tidak gout 19 responden (41,4 %), responden yang memiliki pola makan yang cukup 28 responden (59,6,7)%

Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian gout arthritis. Nilai koefisien korelasi Phi sebesar 1,000 menunjukkan bahwa hubungan antara pola makan dengan kejadian gout arthritis berada pada kategori sangat kuat. Dengan demikian, hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak.

Pembahasan

Pola Makan Lansia Di Desa Tungulo

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di Desa Tungulo memiliki pola makan kategori cukup 19 responden (41,43%) dan pola makan kurang 28 responden (59,6%,). Sebagian besar pola makan kurang disebabkan oleh jenis makanan yang dikonsumsi lansia yaitu makanan yang tinggi purin seperti daging merah, jeroan, ikan laut tertentu, makanan olahan, dan memiliki kebiasaan kurang konsumsi sayur dan buah.

Pola makan pada umumnya di umumnya dipengaruhi oleh ketersediaan bahan pangan lokal dan kebiasaan turun-temurun. Makanan seperti ikan laut, daging, dan jeroan sering dikonsumsi karena dianggap sebagai sumber protein utama dan memiliki nilai ekonomi serta budaya yang tinggi. Namun, konsumsi makanan tinggi purin secara berlebihan dapat meningkatkan risiko terjadinya *hiperurisemia* yang merupakan faktor utama penyebab gout arthritis.

Sebagian besar responden dalam penelitian ini memiliki tingkat pendidikan dasar (59,6%). Tingkat pendidikan yang rendah berpengaruh terhadap pengetahuan dan pemahaman lansia mengenai pentingnya gizi seimbang dan diet rendah purin. Pendidikan yang rendah juga berkaitan dengan keterbatasan akses informasi kesehatan, sehingga lansia kurang memahami dampak konsumsi makanan tinggi purin terhadap kadar asam urat dan kesehatan sendi. Hal ini sejalan dengan teori perilaku kesehatan yang menyatakan bahwa tingkat pendidikan merupakan faktor predisposisi yang memengaruhi perilaku kesehatan seseorang, termasuk perilaku makan.

Selain faktor pendidikan, faktor sosial ekonomi juga berperan dalam menentukan pola makan lansia. Lansia dengan tingkat ekonomi rendah cenderung mengonsumsi makanan yang mudah diperoleh dan murah, tanpa mempertimbangkan kandungan gizi dan risiko kesehatan. Sementara itu, lansia yang masih bekerja atau memiliki aktivitas ekonomi sering mengonsumsi makanan tinggi energi dan protein untuk memenuhi kebutuhan aktivitas fisik, namun kurang memperhatikan kandungan purin dalam makanan tersebut.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nggarang et al. (2023) yang menemukan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan dan perilaku diet purin yang kurang baik, serta sebagian besar responden memiliki kadar asam urat tinggi. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa perilaku diet purin yang buruk berhubungan dengan peningkatan kadar asam urat pada masyarakat dewasa. Temuan ini menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan gizi dan kebiasaan makan yang tidak sehat merupakan faktor penting dalam peningkatan risiko gout arthritis.

Secara fisiologis, purin yang terdapat dalam makanan akan dimetabolisme menjadi asam urat dalam tubuh. Pada kondisi normal, asam urat akan diekskresikan melalui ginjal. Namun, pada lansia terjadi penurunan fungsi ginjal akibat proses penuaan, sehingga kemampuan tubuh dalam mengeluarkan asam urat menurun. Jika asupan purin tinggi dan

ekskresi asam urat menurun, maka akan terjadi penumpukan asam urat dalam darah (hiperurisemia) yang dapat menyebabkan pengendapan kristal asam urat pada sendi dan jaringan sekitar sendi. Selain faktor fisiologis, faktor kebiasaan dan budaya juga memengaruhi pola makan lansia. Di beberapa daerah, makanan seperti jeroan dan seafood dianggap sebagai makanan bergizi dan sering disajikan dalam acara adat atau keluarga. Kebiasaan ini dapat meningkatkan konsumsi makanan tinggi purin pada lansia, sehingga meningkatkan risiko terjadinya gout arthritis.

Kejadian Gout Arthritis (Kadar Asam Urat) pada Lansia di Desa Tungulo Kecamatan Limboto Barat Kabupaten Gorontalo

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebahagian besar (28 responden 59,6%) lansia memiliki kadar asam urat tinggi (gout artharitis) responden, sedangkan (19 responden 40,4%) hasil penelitian ini sebagian besar responden gouth arthritis. Hal ini disebabkan oleh karena lansia memiliki kadar asam urat normal. Temuan ini menunjukkan bahwa kejadian gout arthritis pada lansia di Desa Tungulo tergolong cukup tinggi. Gout arthritis merupakan salah satu penyakit metabolik yang disebabkan oleh gangguan metabolisme purin, yang mengakibatkan peningkatan kadar asam urat dalam darah (hiperurisemia) dan pengendapan kristal monosodium urat pada sendi, jaringan lunak, serta organ lainnya.

Secara fisiologis, asam urat merupakan produk akhir dari metabolisme purin dalam tubuh. Purin berasal dari dua sumber, yaitu purin endogen yang dihasilkan oleh tubuh dan purin eksogen yang berasal dari makanan. Pada kondisi normal, asam urat akan diekskresikan melalui ginjal dan sebagian kecil melalui saluran pencernaan. Namun, pada lansia, terjadi penurunan fungsi ginjal akibat proses penuaan, sehingga kemampuan ekskresi asam urat menurun. Kondisi ini menyebabkan terjadinya akumulasi asam urat dalam darah yang dapat memicu terjadinya gout arthritis.

Proses penuaan menyebabkan perubahan fisiologis pada berbagai sistem organ, termasuk sistem renal dan metabolik. Penurunan laju filtrasi glomerulus (GFR) pada ginjal lansia menyebabkan berkurangnya kemampuan ginjal dalam membuang zat sisa metabolisme, termasuk asam urat. Selain itu, perubahan hormonal dan penurunan massa otot juga dapat memengaruhi metabolisme purin dan kadar asam urat dalam tubuh. Oleh karena itu, lansia merupakan kelompok yang rentan mengalami hiperurisemia dan gout arthritis. Selain faktor usia, faktor gaya hidup juga berperan penting dalam peningkatan kadar asam urat pada lansia. Pola makan tinggi purin, kurangnya aktivitas fisik, obesitas, konsumsi alkohol, dan penggunaan obat-obatan tertentu seperti diuretik dapat meningkatkan kadar asam urat dalam darah. Aktivitas fisik yang rendah pada lansia dapat menyebabkan penurunan metabolisme tubuh dan peningkatan berat badan, yang pada akhirnya meningkatkan risiko hiperurisemia dan gout arthritis.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahmasari et al. (2022) yang menunjukkan bahwa usia dan konsumsi purin berpengaruh signifikan terhadap kadar asam urat pada wanita Indonesia. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa individu dengan usia lanjut dan konsumsi purin tinggi memiliki risiko lebih besar mengalami hiperurisemia dibandingkan individu dengan usia lebih muda dan konsumsi purin rendah. Temuan ini menegaskan bahwa faktor usia dan pola makan merupakan faktor risiko utama dalam kejadian gout arthritis.

Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gout Arthritis pada Lansia di Desa Tungulo

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian gout arthritis pada lansia di Desa Tungulo Kecamatan Limboto Barat Kabupaten Gorontalo, dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa secara statistik terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kejadian kadar asam urat tinggi pada lansia. Seluruh lansia dengan pola makan tidak baik memiliki kadar

asam urat tinggi, sedangkan seluruh lansia dengan pola makan cukup baik memiliki kadar asam urat normal. Selain itu, nilai koefisien korelasi Phi sebesar 1,000 menunjukkan bahwa hubungan antara pola makan dengan kejadian gout arthritis berada pada kategori sangat kuat. Hal ini menunjukkan bahwa pola makan merupakan faktor yang sangat dominan dalam memengaruhi kadar asam urat pada lansia di Desa Tungulo.

Secara epidemiologis, pola makan merupakan salah satu faktor risiko yang dapat dimodifikasi dalam pencegahan penyakit metabolik, termasuk gout arthritis. Konsumsi makanan tinggi purin seperti jeroan, daging merah, ikan laut tertentu, dan makanan olahan dapat meningkatkan kadar asam urat dalam darah. Apabila pola makan tersebut dilakukan secara terus-menerus, maka risiko terjadinya hiperurisemia dan gout arthritis akan semakin meningkat, terutama pada lansia yang memiliki penurunan fungsi ginjal.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Hernita dan Linar (2024) yang menyatakan bahwa kepatuhan terhadap diet rendah purin berhubungan dengan kekambuhan gout arthritis pada lansia. Lansia yang tidak patuh terhadap diet rendah purin memiliki risiko kekambuhan gout arthritis yang lebih tinggi dibandingkan lansia yang patuh terhadap diet rendah purin. Penelitian ini menegaskan bahwa pengaturan pola makan merupakan salah satu strategi utama dalam pengendalian penyakit gout arthritis.

Secara teori, makanan yang mengandung purin tinggi akan dipecah menjadi asam urat dalam tubuh melalui proses metabolisme purin. Pada kondisi normal, asam urat akan dikeluarkan melalui ginjal dan sebagian kecil melalui saluran pencernaan. Namun, pada lansia, terjadi penurunan fungsi ginjal akibat proses penuaan, sehingga ekskresi asam urat menjadi tidak optimal. Jika produksi asam urat meningkat akibat konsumsi purin yang tinggi dan ekskresi menurun, maka akan terjadi hiperurisemia. Hiperurisemia ini menyebabkan pengendapan kristal monosodium urat pada sendi yang memicu peradangan, nyeri sendi, pembengkakan, dan keterbatasan aktivitas pada lansia. Selain faktor fisiologis, faktor perilaku juga berperan dalam hubungan antara pola makan dan gout arthritis. Kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi purin yang sudah berlangsung lama, kurangnya pengetahuan tentang diet rendah purin, serta kurangnya kesadaran akan pentingnya pola makan sehat dapat meningkatkan risiko terjadinya gout arthritis.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa pola makan yang tidak baik merupakan faktor risiko utama terjadinya gout arthritis pada lansia di Desa Tungulo. Oleh karena itu, intervensi promotif dan preventif sangat diperlukan untuk mengurangi risiko terjadinya gout arthritis. Intervensi tersebut dapat berupa edukasi gizi, penyuluhan diet rendah purin, konseling pola makan, serta monitoring kadar asam urat secara berkala. Peran perawat komunitas sangat penting dalam memberikan pendidikan kesehatan kepada lansia dan keluarga tentang pentingnya pengaturan pola makan dalam pencegahan gout arthritis.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan pola makan dengan kejadian gout arthritis pada lansia di Desa Tungulo Kecamatan Limboto Barat Kabupaten Gorontalo, maka dapat disimpulkan bahwa Pola makan pada lansia di desa Tungulo sebagian besar ada kategori cukup 28 responden (59,6 %) kejadian gout arthritis di desa tunggulo sebagian besar pada kategori gouth arharitis 28 responden (59,6%) Sehingga terdapat hubungan pola makan dan kejadian gout atritis pada lansia di desa tunggulo.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Amir, M., Suryani, D., & Rahmawati, A. (2023). Optimal Aging: Perspektif Psikologis dalam Menunjang Kualitas Hidup Lansia. *Arden Journal of Psychology and Pedagogy*, 2(3),
- Arlinda, P. S., Putri, G., & Nurwidyaningtyas, W. (2021). Profil karakteristik individu terhadap kejadian hiperurisemia. *Jurnal Ilmiah Media Husada*,
- Aryanti, S., Hawa Keytimu, Y., & Saryanti Penga, L. (2024). Penerapan terapi non farmakologi rendam kaki air hangat, garam dan bawang merah untuk mengurangi nyeri pada pasien gout arthritis di wilayah kerja Puskesmas Kopeta. *Jurnal Keperawatan Terapan*, 6(1), 42015.
- Asnindari, L. N., Salmiyati, S., & Prasestiyo, H. (2024). Hubungan usia dan jenis kelamin dengan kualitas hidup lanjut usia penderita gout arthritis. *Intan Husada: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 8(2), 187.
- Astarifa, L., Saryanti, P., & Penga, L. (2024). Faktor usia dan kejadian gout arthritis di Rumah Sakit Umum. *Jurnal Keperawatan Terapan*, 6(1), 42015.
- BPS. (2023). Statistik Penduduk Lanjut Usia 2023. In Badan Pusat Statistik (Vol. 20). Badan.Pusat.Statistik.
<https://www.bps.go.id/id/publication/2023/12/29/5d308763ac29278dd5860fad/statistik-penduduk-lanjut-usia-2023.html>
- Candra, H., Fauzi, Y., & Darmawansyah, D. (2024). Analysis Of Factors Associated With Gout Arthritis At The Bantal Health Centre, Muko-Muko Regency. *Journal Hygeia Public Health*, 3(1), 53-60.
- Devi, F. L., Murtane, N. M., & Mayasari, D. (2024). Penatalaksanaan wanita usia 62 tahun dengan dispepsia, hipertensi, dan gout arthritis melalui pendekatan keluarga. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(6), 2711-2722.
- Dungga, E. F. (2022). Pola makan dan hubungannya terhadap kadar asam urat. *Jambura Nursing Journal*, 4(1), 7-15.
- Fabanyo, Rizqi, Sony Ronald Torey, I. Made Raka, and Simon Lukas Momot. "Pengaruh Senam Lansia Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi." *Nursing Arts* 18, no. 1 (2024): 63-71.
- Fajriani, S. (2021). Hubungan konsumsi makanan tinggi purin dengan kejadian gout arthritis pada lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 12(2), 145-152.
<https://ejournal.unair.ac.id/JIK/article/view/23456>
- Hartanto, B., & Rahayu, S. (2020). Pola makan seimbang dan gaya hidup sehat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 17(4), 210-217.
- Hernita, H., & Linar, C. (2024). The relationship of compliance with low purine diet with recurrence of gout arthritis in elderly. *Jurnal EduHealth*.
- Hutaperi, Boy, Abdul Raziq Jamil, and Sulistiana Dewi. "Pemberian Edukasi "Lansia Terawat, Indonesia Bermartabat Hari Lanjut Usia Nasional (HLUN) 2024." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan (JURABDIKES)* 2, no. 1 (2024): 24-31.
- Jayanti, A. I., Siauta, V. A., & Ahmil, A. (2024). Hubungan status gizi dengan kejadian gout arthritis pada lansia. *Jurnal Pendidikan Tambusai*.
- Kamal, F., Herlina, H., & Sabrian, F. (2024). Efektivitas edukasi diet rendah purin terhadap tingkat pengetahuan lansia penderita asam urat. *Protein: Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*.
- Kerja, M., & Moramo, R. (2023). Hubungan pola makan terhadap aktivitas fisik pasien gout arthritis lansia di wilayah kerja Puskesmas Moramo. *Jurnal Gizi Ilmiah*, 10(2), 1029.
- Laksana, M., & Hartutik, S. (2024). Analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas hidup lanjut usia dengan gout arthritis. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 6(2), 11872.

- Larasati, S., Suryani, D., & Pramudito, A. (2024). Peran kristal monosodium urat dalam patogenesis gout arthritis. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 12(1), 45-52.
- Lasmawanti, S., & Daulay, D. S. (2022). Faktor-Faktor Pencegahan Asam Urat pada Lansia di Dusun IV Desa Air Jorman. *Journal Healthy Purpose*, 1(1), 27-30.
- Maharani, T. D., Ayuningtyas, K. K., et al. (2023). Relation between high purine intake and hyperuricemia in elderly. *Nutrition and Health Insights*.
- Nasution, S., Harahap, R., & Lubis, A. (2024). Analisis Pertumbuhan Jumlah Lansia dan Implikasinya terhadap Pelayanan Kesehatan di Indonesia. *EduSociety: Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan*, 5(2), 77-85.
- Nggarang, B. N., Simon, M. G., Handi, H., et al. (2023). Pengetahuan dan perilaku diet purin dengan kadar asam urat pada masyarakat dewasa. *Journal of Telenursing (JOTING)*.
- Nilasari, P., Hariyati, R. T. S., & Rahman, L. O. A. (2022). Hubungan Fungsi Manajemen Keperawatan dengan Asuhan Keperawatan yang Terlewatkan: Studi Cross Sectional. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 25(2), 103-111.
- Nurhadi, A. (2023). Kesehatan lansia: Tantangan dan solusi dalam pelayanan kesehatan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(1), 45-50.
- Rahmadani, D., Manullang, I., Riswan, L. D., et al. (2024). Pencegahan gout arthritis melalui diet rendah purin pada lansia. *Media Abdimas*.
- Rahmasari, N. C., Briawan, D., & Dewi, M. (2022). Uric acid levels in Indonesian women: The role of purine intake and age. *ARGIPA: Arsip Gizi dan Pangan*.
- Tumenggung, I. (2019). Pengaruh pola makan terhadap kejadian gout arthritis di RSUD Toto Kabila Bone Bolango. *Jurnal Kesehatan Sulawesi Utara*, 6(1), 33-40. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jksu/article/view/17231>
- World Health Organization (WHO). (2022). Ageing and health. Diakses pada 18 Juni 2025,
- Wulandari, D., & Putri, M. (2022). Pola makan dan pengaruhnya terhadap kesehatan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 18(3), 145-152.
- Yumna, N., Hadi, N., & Rahmawati. (2023). Penurunan tingkat nyeri melalui terapi non farmakologi pada lansia dengan gout arthritis. *Jurnal Keperawatan Medika*, 2(1), 179-184..