

Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik Pasien dengan Gout Atrithis di Praktek Mandiri Umi Desa Jetis Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap

The Relationship Between Diet and Physical Activity of Patients with Gout Atrithis at Praktek Mandiri Umi, Jetis Village, Nusawungu District, Cilacap Regency

Sumiarti¹, Evy Apriani², Sarwa³

^{1,2,3}Health Science Al-Irsyad University Cilacap

Jl. Cerme No.24 Sidanegara Cilacap

ABSTRAK

Gout artritis atau asam urat merupakan salah satu penyakit metabolik (metabolik syndrom) yang terkait dengan pola makan diet tinggi purin dan minuman beralkohol. Penyakit ini prevalensinya meningkat seiring dengan bertambahnya usia seseorang. Faktor yang menyebabkan asam urat adalah pola makan yang mengandung purin secara berlebihan dan aktivitas yang berat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan dan aktivitas fisik pasien dengan gout atrithis. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien yang memeriksakan penyakitnya di Praktek Mandiri Umi Desa Jetis Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap tahun 2023 yaitu sebanyak 63 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Analisis data menggunakan uji *Spearman rank*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola makan pasien gout artritis sebagian besar dengan kategori baik (50,8%), aktivitas fisik pasien sebagian besar dengan kategori sedang (57,1%). Tidak terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian gout artritis (p-value = 0,726) dan ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian gout artritis (p-value = 0,000).

Kata Kunci : Pola makan, Aktivitas Fisik, Gout atritis

ABSTRACT

Gouty arthritis or gout is a metabolic disease (metabolic syndrome) that is associated with a high-purine diet and alcoholic drinks. The prevalence of this disease increases as a person ages. Factors that cause gout are a diet that contains excessive purine and heavy activity. The aim of this study was to determine the relationship between diet and physical activity in patients with gouty arthritis. The sample in this study was 63 patients who had their illnesses checked at Praktek Mandiri Umi, Jetis Village, Nusawungu District, Cilacap Regency in 2023. The sampling technique uses purposive sampling technique. Data analysis used the Spearman rank test. The results showed that the diet of gout arthritis patients was mostly in the good category (50.8%), the physical activity of the patients was mostly in the moderate category (57.1%). There is no relationship between diet and the incidence of gout arthritis (p-value = 0.726) and there is a relationship between physical activity and the incidence of gout arthritis (p-value = 0.000).

Keyword : Diet, Physical Activity, Gouty arthritis,