

GAMBARAN PENGETAHUAN, SIKAP DAN TINDAKAN POLA MAKAN PADA PASIEN DENGAN *GOUT ARTHRITIS* DI RS TK. II R. W. MONGINSIDI MANADO

Vivin Mokoagow^{a*}, Mulyadi^a, Adriani Natalia^a

^aProgram Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Sam Ratulangi, Indonesia

*Corresponding author: vivinmokoagow014@student.unsrat.ac.id, 082289378461

Abstract

Background: Diet plays an important role in influencing uric acid levels in the body. Therefore, patients' knowledge, attitude, and behavior toward diet are crucial aspects in managing gout arthritis. Adequate knowledge enables patients to identify foods that trigger flare-ups and understand the importance of limiting purine intake. A positive attitude reflects the patient's readiness and willingness to follow medical advice, while behavior demonstrates the actual implementation of a healthy diet in daily life. **Objective:** To determine the overview of knowledge, attitude, and dietary behavior among gout arthritis patients at RS TK. II R. W. Monginsidi Manado. **Method:** This study employed a quantitative descriptive approach. The study population consisted of 120 patients with gout arthritis. **Results:** Out of 120 respondents, 110 (91.7%) had fairly good knowledge, 77 (64.2%) had a positive attitude, and 93 (77.5%) demonstrated fairly good behavior. **Conclusion:** Most respondents demonstrated adequate knowledge, attitudes, and practices related to dietary management for individuals with gout arthritis. However, some still showed insufficient levels in these areas, indicating the need for continuous education. Nursing interventions play a vital role in enhancing patient motivation to adopt a healthy lifestyle, prevent recurrence, and improve quality of life.

Keywords: gout arthritis; knowledge; purine diet

Abstrak

Latar Belakang: Pola makan berperan penting dalam memengaruhi kadar asam urat dalam tubuh. Oleh karena itu, pengetahuan, sikap, dan tindakan pasien terhadap pola makan menjadi aspek krusial dalam pengelolaan gout arthritis. Pengetahuan yang baik memungkinkan pasien mengenali makanan pemicu kekambuhan dan pentingnya membatasi asupan purin. Sikap positif menunjukkan kesiapan dan kemauan pasien mengikuti anjuran medis, sementara tindakan mencerminkan implementasi pola makan sehat dalam kehidupan sehari-hari. **Tujuan:** Mengetahui gambaran pengetahuan, sikap, dan tindakan pola makan pada pasien gout arthritis di RS TK. II R. W. Monginsidi Manado. **Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Populasi penelitian berjumlah 120 pasien gout arthritis. **Hasil:** Dari 120 responden, 110 orang (91,7%) memiliki pengetahuan cukup baik, 77 orang (64,2%) memiliki sikap positif, dan 93 orang (77,5%) menunjukkan tindakan yang cukup baik. **Kesimpulan:** Sebagian besar responden memiliki pengetahuan, sikap, dan tindakan yang cukup baik terkait pola makan pada penderita gout arthritis. Namun, masih ditemukan responden dengan pengetahuan, sikap, dan tindakan yang

kurang, sehingga diperlukan edukasi berkelanjutan. Intervensi keperawatan berperan penting dalam meningkatkan motivasi pasien untuk menjalani pola hidup sehat, mencegah kekambuhan, dan meningkatkan kualitas hidup

Kata kunci: Diet purin; gout arthritis; pengetahuan; sikap; tindakan

PENDAHULUAN

Gout Arthritis merupakan kondisi medis dimana asam urat menumpuk secara berlebihan dalam tubuh, yang dapat disebabkan oleh produksi asam urat yang berlebihan, penurunan kemampuan ginjal untuk mengeluarkan asam urat, atau konsumsi makanan yang tinggi purin. Kondisi ini ditandai dengan gejala-gejala seperti peradangan sendi yang berulang, terkadang dengan bentuk kristal dan kemungkinan kerusakan sendi kronis. Selain itu penumpukan asam urat yang berlebihan juga dapat menyebabkan pembentukan tophi (deposit natrium urat) dan kerusakan pada ginjal mengakibatkan meningkatnya prevalensi gout arthritis (Ahmad Fahri et al., 2022).

Prevalensi gout arthritis terus mengalami peningkatan secara global, dengan angka kejadian yang lebih tinggi di negara-negara maju. Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO) tahun 2022, gout arthritis mencapai sekitar 41,2% dari total kasus penyakit sendi (arthritis) di dunia. Beberapa negara menunjukkan peningkatan kasus yang signifikan, seperti Inggris (2,68 per 1.000 orang per tahun), Italia (6,7 per 1.000 populasi), Amerika Serikat (9,2 juta kasus pada 2021), dan Tiongkok (1,1%). Meningkatnya angka kejadian gout arthritis ini kemungkinan besar dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pola makan tinggi purin, gaya hidup kurang aktif, obesitas, serta faktor genetik dan usia. Kasus ini menunjukkan perlunya perhatian lebih terhadap pencegahan dan pengelolaan penyakit, terutama di negara-negara dengan populasi lansia yang terus bertambah. Berdasarkan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, Provinsi Sulawesi Utara memiliki persentase penduduk dengan kadar asam urat tinggi sebesar 8,35%. Lebih dari sepertiga (35%) masyarakat di provinsi ini mengalami kondisi tersebut. Selain itu, menurut data dari Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Utara dan Badan Penyelenggara Jaminan Sosial (BPJS) Kesehatan, pada tahun 2022 tercatat sebanyak 8.781 kasus gout arthritis di Sulawesi Utara, dengan Kota Manado menempati peringkat kedua terbanyak, yaitu sebanyak 1.320 kasus. Penelitian yang dilakukan ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan, sikap dan tindakan pola makan pada pasien dengan gout arthritis. Jika kejadian gout arthritis ini tidak dikendalikan dan terus meningkat dapat menyebabkan komplikasi serius, meningkatkan beban ekonomi, dan menurunkan kualitas hidup individu. Oleh karena itu, penelitian ini diperlukan untuk meningkatkan kesadaran guna mengurangi angka kejadian gout arthritis di masa depan.

Data Riset Kesehatan Dasar 2018 menyatakan prevalensi asam urat di Indonesia terus meningkat. Sebanyak 7,3% penduduk Indonesia menderita asam urat yang termasuk dalam golongan penyakit sendi. Di wilayah Sulawesi Utara, khususnya Kota Manado, terdapat kebiasaan konsumsi makanan laut (seafood) yang cukup tinggi, seperti ikan cakalang, tuna, cumi, dan kerang, yang dikenal sebagai sumber purin tinggi (Karundeng et al., 2021). Selain itu, masyarakat juga kerap mengonsumsi minuman beralkohol tradisional seperti cap tikus, yang diketahui dapat

mengganggu metabolisme purin dan memperburuk kondisi asam urat (Sambul & Kaunang, 2020). Kombinasi antara pola makan tinggi purin dan konsumsi alkohol ini menjadi faktor risiko yang signifikan dalam meningkatnya prevalensi asam urat di daerah tersebut. Penyakit ini juga sering menyerang pria, dengan risiko sekitar 20 kali lebih tinggi dibandingkan dengan wanita dimana laki-laki memiliki faktor risiko yang lebih besar untuk mengalami gangguan metabolisme asam urat (Alfarisi et al., 2024). Peneliti sebelumnya menyatakan bahwa salah satu penyebab terjadinya gout arthritis pada wanita dan laki-laki adalah Pola makan tinggi purin dapat meningkatkan risiko berbagai penyakit, termasuk asam urat (Kussoy et al., 2019).

Pola makan dan komposisi bahan makanan memiliki pengaruh besar terhadap kadar asam urat dalam darah. Di Indonesia, pola makan berbeda dengan negara lain dimana sebagian besar masyarakat Indonesia mengkonsumsi makanan yang rendah purin seperti ubi, nasi, susu, dan telur. Namun, ada juga yang mengkonsumsi makanan yang tinggi purin seperti jeroan, daging sapi, ikan, ayam, udang, tahu, dan tempe (Patyawargana & Falah, 2021). Purin yang terkandung dalam makanan merupakan salah satu faktor yang menyebabkan masyarakat mengalami asam urat. Namun, masyarakat belum menyadari bahwa konsumsi purin yang berlebihan dapat meningkatkan kadar asam urat dalam darah. Hal ini disebabkan oleh kurangnya perhatian terhadap pola makan termasuk frekuensi makan, jenis makanan, dan jumlah makanan yang dikonsumsi (Ridhoputrie et al., 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Jake tahun 2019 menemukan bahwa pola makan sangat berperan dalam peningkatan kadar asam urat. Pola makan yang tidak seimbang dapat memperburuk kondisi asam urat.

Pengetahuan pasien mengenai pola makan yang tepat sangat mempengaruhi kemampuan mereka dalam mengendalikan kadar asam urat dalam tubuh. Penelitian menunjukkan bahwa masih banyak pasien gout arthritis yang memiliki tingkat pengetahuan rendah mengenai makanan yang dapat memperburuk atau memperbaiki kondisi mereka (Ridhoputrie et al., 2019). Sikap pasien terhadap pola makan sehat juga menjadi faktor penting dalam manajemen penyakit ini. Sikap yang positif, seperti keinginan untuk mengubah gaya hidup dan kepatuhan terhadap anjuran diet rendah purin, dapat mendorong pasien untuk menerapkan perilaku sehat dalam jangka panjang. Namun, terdapat sejumlah pasien yang meskipun memiliki pengetahuan yang cukup, belum menunjukkan sikap yang mendukung dalam mengatur asupan makanan sehari-hari (Putri & Wahyuni, 2020).

Tindakan nyata dalam mengubah kebiasaan makan merupakan cerminan dari pengetahuan dan sikap yang dimiliki. Penelitian menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan, sikap, dan tindakan pasien gout arthritis dalam menerapkan pola makan sehat. Beberapa pasien tidak konsisten dalam menghindari makanan tinggi purin meskipun mereka menyadari dampaknya terhadap kondisi mereka (Marlina & Wulandari, 2018). Oleh karena itu, pemahaman yang lebih mendalam mengenai hubungan antara pengetahuan, sikap, dan tindakan terhadap pola makan sangat penting untuk membantu pasien mencapai kontrol optimal terhadap penyakit gout arthritis (Ridhoputrie et al., 2019).

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien yang menjalani pemeriksaan atau perawatan dengan diagnosis *gout*

arthritis di RS TK. II R. W. Monginsidi Manado, dengan total 510 kasus tercatat dalam tiga bulan terakhir. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, yaitu pemilihan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang ditetapkan oleh peneliti. Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 120 pasien yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi mencakup pasien yang sedang menjalani perawatan dengan diagnosis *gout arthritis*, bersedia menjadi responden dengan menandatangani lembar persetujuan, serta mampu berkomunikasi dan memberikan informasi dengan baik. Sedangkan kriteria eksklusi adalah pasien yang tidak kooperatif, mengalami gangguan mental, dan tidak bersedia menjadi responden.

Peneliti dalam hal ini berperan sebagai perencana, pengumpul data, sekaligus pelaksana analisis data. Instrumen utama dalam penelitian ini adalah kuesioner yang telah divalidasi dan reliabel, terdiri dari tiga bagian, yaitu pengetahuan (9 item), sikap (9 item), dan tindakan (8 item), yang diukur menggunakan skala Likert empat poin. Kategori hasil diklasifikasikan menjadi tiga tingkat, yaitu baik, cukup, dan kurang baik untuk setiap dimensi. Penelitian ini juga didukung oleh instrumen tambahan berupa lembar persetujuan partisipasi dan catatan rekam medis untuk memastikan diagnosis *gout arthritis*.

Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner secara langsung kepada responden yang memenuhi syarat di ruang rawat dewasa RS TK. II R. W. Monginsidi Manado selama periode Mei hingga Juni 2025. Proses pengumpulan data dilakukan hingga jumlah responden mencapai angka yang telah ditentukan dan data dianggap cukup untuk dianalisis. Analisis data dilakukan secara univariat untuk mendeskripsikan distribusi frekuensi masing-masing variabel. Penelitian ini telah dilakukan sesuai dengan etik penelitian dan partisipan diberikan informasi serta persetujuan sebelum ikut serta dalam penelitian.

HASIL

Distribusi Frekuensi Karakteristik Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Pada Pasien dengan *Gout Arthritis* di RS TK. II. R. W. Mongisidi Manado, tahun 2025 dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden *Gout Arthritis* Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Pekerjaan dan Pendidikan

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Usia		
30-38	12	10,0
39-46	21	17,5
47-55	29	24,2
56-64	23	19,2
65-73	29	24,2
74-82	5	4,2
87	1	0,8

Total	120	100,0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	63	52,5
Perempuan	57	47,5
Total	120	100,0
Pekerjaan		
Petani	30	25,0
Nelayan	14	11,7
Guru	15	12,5
Wiraswasta	26	21,7
Ibu Rumah Tangga	35	29,2
Total	120	100,0
Pendidikan		
SD	54	45,0
SMP	39	32,5
SMA	12	10,0
Perguruan Tinggi	15	12,5
Total	120	100,0

Sumber : Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 5.1 distribusi karakteristik responden berdasarkan usia sebagian besar berada pada kategori dewasa akhir (>40 tahun) yaitu 29 responden (24,2%). Ini menunjukkan bahwa prevalensi *gout arthritis* cenderung lebih tinggi pada kelompok usia tersebut. Secara keseluruhan, sebanyak 102 dari 120 responden (85%) berada pada rentang usia di atas 40 tahun, yang mengindikasikan bahwa risiko terjadinya *gout arthritis* meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Distribusi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa dari total 120 responden, sebagian besar berjenis kelamin laki-laki, yaitu sebanyak 63 orang (52,5%), dimana data ini menunjukkan bahwa laki-laki lebih dominan dalam jumlah responden pada penelitian ini. Dominasi jumlah responden laki-laki ini dapat mencerminkan kecenderungan prevalensi *gout arthritis* yang lebih tinggi pada pria.

Selanjutnya distribusi karakteristik responden berdasarkan pekerjaan, sebagian besar mayoritas responden bekerja sebagai ibu rumah tangga, yaitu sebanyak 35 orang (29,2%). Hal ini dapat menunjukkan bahwa kelompok ibu rumah tangga merupakan mayoritas dalam penelitian ini. Hal ini dapat mencerminkan bahwa perempuan yang tidak bekerja di sektor formal lebih banyak terlibat dalam aktivitas rumah tangga, yang kemungkinan besar memiliki pola aktivitas fisik yang lebih rendah, serta pola makan yang kurang terkontrol, seperti konsumsi makanan tinggi purin, yang dapat berkontribusi terhadap risiko *gout arthritis*. Dapat dilihat juga pada tabel bahwa distribusi karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan terakhir Sekolah Dasar (SD), yaitu sebanyak 54 orang (45,0%). Hal

ini menunjukkan bahwa hampir setengah dari total responden dalam penelitian ini berasal dari kelompok dengan tingkat pendidikan dasar. Rendahnya tingkat pendidikan ini dapat berdampak pada tingkat pemahaman responden terhadap informasi kesehatan, termasuk mengenai pencegahan dan penanganan penyakit *gout arthritis*. Individu dengan pendidikan rendah cenderung memiliki keterbatasan dalam mengakses, memahami, dan menerapkan informasi yang berkaitan dengan gaya hidup sehat, diet rendah purin, serta kepatuhan terhadap pengobatan.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Pola Makan Pada Pasien *Gout Arthritis*

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	10	8,3
Cukup Baik	110	91,7
Kurang Baik	0	0
Total	120	100,0

Sumber : Data Primer 2025

Berdasarkan Tabel 5.3, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori cukup baik, yaitu sebanyak 110 responden (91,7%). Tidak terdapat responden dengan tingkat pengetahuan kurang baik. Hasil ini menunjukkan bahwa secara umum, mayoritas responden telah memiliki pemahaman dasar yang cukup mengenai *gout arthritis*, baik terkait penyebab, gejala, maupun pencegahan dasar. Meskipun demikian, masih relatif sedikit responden yang memiliki pemahaman yang benar-benar mendalam atau menyeluruh (kategori baik).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Sikap Pola Makan Pada Pasien *Gout Arthritis*

Sikap	Frekuensi	Persentase (%)
Positif	77	63,2
Cukup Positif	43	35,8
Negatif	0	0
Total	120	100,0

Sumber : Data Primer 2025

Berdasarkan Tabel 5.4, diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki sikap positif terhadap *gout arthritis*, yaitu sebanyak 77 orang (63,2%) dan tidak terdapat responden dengan sikap negatif, yang mengindikasikan bahwa secara umum, responden memiliki pandangan dan persepsi yang baik terhadap penyakit *gout arthritis*, termasuk dalam hal pentingnya pengobatan, pencegahan, dan pengendalian.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tindakan Pola Makan Pada Pasien *Gout Arthritis*

Tindakan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	27	22,5

Cukup Baik	93	77,5
Kurang Baik	0	0
Total	120	100,0

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan Tabel 5.5, diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki tindakan dalam kategori cukup baik, yaitu sebanyak 93 responden (77,5%) dan tidak terdapat responden dengan tindakan dalam kategori kurang baik, namun proporsi tindakan optimal masih tergolong rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun responden telah memiliki pengetahuan dan sikap yang cukup baik terhadap *gout arthritis*, hal tersebut belum sepenuhnya tercermin dalam tindakan nyata atau perilaku sehari-hari mereka.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian pada karakteristik responden dilihat dari usia menunjukkan bahwa sebagian besar berada dalam kelompok usia 51–60 tahun ke atas, sedangkan yang paling sedikit berada pada kelompok usia 71–80 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa *gout arthritis* paling sering menyerang kelompok usia dewasa hingga lanjut usia, di mana proses metabolisme dan ekskresi asam urat cenderung menurun seiring bertambahnya usia. Penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa *gout arthritis* banyak menyerang usia di atas 40 tahun. Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar responden adalah laki-laki dibandingkan perempuan. Hal ini mendukung teori bahwa pria memiliki risiko lebih tinggi mengalami *gout arthritis* karena kadar hormon estrogen pada wanita dapat membantu ekskresi asam urat melalui urin (*American College of Rheumatology, 2023*).

Penelitian ini juga menggambarkan distribusi responden berdasarkan pekerjaan, di mana mayoritas responden bekerja sebagai petani, diikuti oleh wiraswasta, ibu rumah tangga, nelayan, dan guru. Aktivitas fisik yang berat serta pola konsumsi yang tidak terkontrol menjadi faktor pendukung tingginya prevalensi *gout arthritis* pada kelompok pekerjaan tersebut. Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden memiliki pendidikan terakhir di tingkat sekolah dasar, disusul oleh tingkat SMP, SMA, dan perguruan tinggi. Tingkat pendidikan yang rendah dapat mempengaruhi kurangnya pengetahuan responden terhadap pola makan rendah purin sebagai upaya pencegahan kambuhnya *gout arthritis*. Temuan ini juga didukung oleh pernyataan dari Rahmawati & Santosa (2020) yang menyebutkan bahwa tingkat pendidikan mempengaruhi kemampuan individu dalam menerima, memahami, dan menerapkan informasi kesehatan, termasuk perilaku dalam menjaga pola makan dan mencegah penyakit.

Penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori cukup baik, sementara hanya sebagian kecil yang memiliki pengetahuan dalam kategori baik. Hasil ini memperlihatkan bahwa masih terdapat pasien dengan *gout arthritis* yang belum sepenuhnya memahami pentingnya pengelolaan asupan makanan rendah purin. Pengetahuan yang baik mengenai makanan yang harus dihindari, seperti jeroan dan makanan laut, serta makanan yang dianjurkan seperti buah-buahan dan sayur, sangat penting untuk mencegah kekambuhan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Wahyuni & Prasetya (2018) yang

menyatakan bahwa pengetahuan berperan penting dalam menentukan kepatuhan pasien terhadap diet.

Pengetahuan pasien dipengaruhi oleh sejumlah faktor yang saling berkaitan. Faktor kebiasaan makan yang telah terbentuk sejak lama sering kali membuat pasien sulit mengubah pola konsumsi yang tinggi purin menjadi pola makan sehat. Selain itu, faktor ekonomi turut memengaruhi kemampuan pasien dalam memilih makanan yang lebih sehat dan rendah 50 purin, terutama jika makanan tersebut dianggap mahal atau sulit diakses. Lingkungan tempat tinggal juga berpengaruh, terutama bila budaya makan lokal mendukung konsumsi makanan laut atau makanan tinggi purin lainnya. Faktor sosial budaya seperti adat istiadat dalam konsumsi makanan tertentu, serta pengaruh komunitas atau keluarga, juga dapat menghambat perubahan perilaku makan. Dari sisi agama, beberapa pantangan atau aturan makanan juga dapat membatasi atau memengaruhi pilihan makanan sehat. Terakhir, faktor pendidikan sangat memengaruhi sejauh mana seseorang memahami informasi kesehatan dan mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Pasien dengan pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki akses yang lebih baik terhadap informasi dan lebih siap mengelola penyakit secara mandiri Hangraini (2021)

Berdasarkan hasil analisis terhadap sikap responden, diketahui bahwa sebagian besar memiliki sikap positif, disusul oleh responden dengan sikap yang cukup positif. Sikap merupakan bentuk evaluasi atau kecenderungan psikologis terhadap diet rendah purin dan pencegahan kekambuhan gout. Adanya sikap yang cukup positif menunjukkan bahwa meskipun banyak pasien menyadari pentingnya menjaga pola makan, masih terdapat hambatan internal maupun eksternal yang menyebabkan mereka belum sepenuhnya berkomitmen terhadap pengaturan makan. Hasil ini didukung oleh temuan Sari et al. (2020), yang menyatakan bahwa sikap negatif meningkatkan risiko ketidakpatuhan terhadap diet. Hal serupa juga disampaikan oleh Ramadanti et al. (2016), yang menyebutkan bahwa tingkat pengetahuan tentang pola makan memiliki keterkaitan dengan sikap dalam mencegah kekambuhan gout.

Sikap merupakan bentuk evaluasi atau kecenderungan psikologis terhadap diet rendah purin dan pencegahan kekambuhan gout. Adanya sikap cukup positif menunjukkan bahwa meskipun banyak pasien yang menyadari pentingnya menjaga pola makan, namun masih ada hambatan internal atau eksternal yang membuat mereka tidak sepenuhnya berkomitmen terhadap pengaturan makan. Hambatan ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya kebiasaan makan yang sudah terbentuk sejak lama dan sulit diubah meskipun pasien menyadari risikonya. Faktor ekonomi juga turut memengaruhi, karena tidak semua pasien memiliki kemampuan finansial untuk membeli makanan sehat atau rendah purin secara konsisten. Di samping itu, lingkungan tempat tinggal dan faktor sosial budaya seperti tradisi mengonsumsi makanan laut atau daging merah dalam acara keluarga atau adat menjadi tantangan tersendiri dalam mengubah sikap pasien terhadap diet sehat. Faktor agama juga dapat memengaruhi jenis makanan yang dikonsumsi atau diyakini baik, sementara pendidikan berperan penting dalam membentuk pola pikir dan kemampuan memahami informasi kesehatan secara mendalam, Hangraini (2021).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tindakan yang cukup baik, meskipun sebagian lainnya telah menunjukkan tindakan yang baik. Hal ini

mencerminkan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan implementasi dalam pengelolaan pola makan rendah purin. Pengetahuan yang baik tidak selalu diikuti oleh tindakan nyata, seperti menghindari makanan tinggi purin atau meningkatkan konsumsi air putih. Temuan ini sejalan dengan penelitian Wulandari dan Wahyuni (2021) yang mengungkapkan bahwa hanya sebagian pasien gout arthritis yang konsisten menjalankan diet rendah purin meskipun telah menerima edukasi. Penelitian Damayanti (2022) juga menunjukkan bahwa pengetahuan, pola makan, dan sikap saling berkaitan, di mana tindakan dipengaruhi oleh tingkat pendidikan dan dukungan lingkungan. Namun, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, penelitian hanya dilakukan di satu rumah sakit dengan jumlah responden terbatas, sehingga hasilnya tidak dapat digeneralisasi secara luas. Kedua, adanya penyakit penyerta pada responden berpotensi menimbulkan bias. Ketiga, variabel lain seperti pendidikan, dukungan keluarga, dan akses informasi kesehatan belum dianalisis secara mendalam. Oleh karena itu, penelitian lanjutan dengan cakupan lebih luas dan pendekatan yang lebih spesifik sangat diperlukan.

Meskipun sebagian besar responden menunjukkan kecenderungan untuk menerapkan pola makan yang sesuai, tindakan nyata ini tidak terlepas dari pengaruh berbagai faktor yang turut membentuk perilaku makan sehari-hari. faktor utama yang terbukti berkaitan dengan keberhasilan atau kegagalan responden dalam menerapkan tindakan diet rendah purin secara konsisten yang pertama kebiasaan makan sangat berpengaruh, terutama pada individu yang telah terbiasa mengonsumsi makanan seperti daging dan makanan laut sebagai bagian dari menu harian atau tradisi keluarga, sehingga diperlukan adaptasi bertahap dalam mengubah perilaku. Kedua, faktor ekonomi dapat membatasi kemampuan pasien untuk membeli makanan sehat seperti buah segar atau susu rendah lemak, yang kadang dianggap lebih mahal dibandingkan makanan pokok lainnya. Ketiga, faktor lingkungan, seperti ketersediaan makanan sehat di sekitar tempat tinggal, juga menjadi pertimbangan, terutama bagi pasien yang tinggal di wilayah pesisir atau pedesaan dengan pilihan bahan makanan yang terbatas Karundeng et al. (2021).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di RS TK. II R. W. Monginsidi Manado, diketahui bahwa sebagian besar pasien gout arthritis memiliki tingkat pengetahuan yang cukup baik, sikap positif, dan tindakan pola makan yang cukup sesuai. Temuan ini menunjukkan bahwa pasien umumnya telah memiliki dasar pemahaman dan perilaku yang mendukung pengelolaan penyakit. Namun demikian, masih ditemukan responden dengan pengetahuan, sikap, dan tindakan yang kurang memadai, sehingga dibutuhkan edukasi berkelanjutan guna mendorong perubahan perilaku yang konsisten. Intervensi keperawatan memiliki peran penting dalam mendukung perubahan perilaku pasien melalui pendekatan promotif dan preventif. Perawat dapat memberikan edukasi langsung dan berulang mengenai diet rendah purin, pentingnya konsumsi air putih, serta penghindaran makanan pemicu seperti jeroan, seafood, dan alkohol. Selain itu, perawat dapat menyusun panduan diet harian yang mudah dipahami, melibatkan keluarga dalam proses edukasi, serta memanfaatkan media edukatif di ruang tunggu. Membangun hubungan terapeutik dan menetapkan tujuan kecil

yang realistis juga penting untuk memotivasi pasien dalam menjalani gaya hidup sehat dan mencegah kekambuhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Damayanti, S. (2022). Tingkat pengetahuan pasien tentang penyakit asam urat dan pengaruhnya terhadap kepatuhan diet. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kesehatan*, 13(1), 56–63.
- Karundeng, L. A., Pongoh, J., & Tumbelaka, G. (2021). Konsumsi makanan laut dan hubungannya dengan kadar asam urat pada masyarakat Kota Manado. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(3), 215–222.
- Kussoy, F. N., et al. (2019). Pola makan dan risiko terjadinya gout arthritis. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(2), 101–108.
- Nugraheni, A., Lestari, N., & Rahmawati, E. (2020). Edukasi gizi meningkatkan pengetahuan dan perilaku diet pada penderita asam urat. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 16(1), 42–48.
- Nuraeni, A., Darni, Z., Rahayu, H. S., Dewi, D. S., Nelwetis, N., Ngasirotun, N., ... & Yosinda, K. R. (2023). Cegah penyakit gout arthritis melalui deteksi dini. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 1280–1286.
- Ridhoputrie, M., Karita, D., Romdhoni, M. F., & Kusumawati, A. (2019). Hubungan pola makan dan gaya hidup dengan kadar asam urat pralansia dan lansia di wilayah kerja Puskesmas I Kembaran, Banyumas, Jawa Tengah. *Herb-Medicine Journal*, 2(1).
- Sambul, R., & Kaunang, M. (2020). Pengaruh konsumsi cap tikus terhadap gangguan metabolisme purin di Sulawesi Utara. *Jurnal Biomedik*, 8(2), 133–140.
- Syahradesi, Y., & Yusnaini, Y. (2020). Penyuluhan tentang penyakit gout dan latihan fisik pada masyarakat di Desa Stambul Jaya Kecamatan Tanoh Alas Kabupaten Aceh Tenggara. *Abdimas Galuh*, 2(2), 86–91.
- Tabalujan, J. A., Palendeng, H. M. F., & Ottay, R. I. (2023). Arthritis gout dan perilaku dokter keluarga di Kota Manado. *Jurnal Kedokteran Komunitas dan Tropik*, 463–466.
- Untari, I., & Wijayanti, T. (2017). Hubungan antara pola makan dengan penyakit gout. Dalam *The 5th URECOL Proceeding* (hlm. 730). Universitas Ahmad Dahlan.
- World Health Organization (WHO). (2022). *Ethics and health: Guidelines for responsible conduct of research*. World Health Organization