

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP MANAJEMEN DIET RENDAH PURIN PADA PASIEN GOUT ARTHRITIS

Nita Faradilla*, Lisa Fitriani, Laras Cyntia Kasih

Fakultas Keperawatan, Universitas Syiah Kuala, Jl. Teungku Tanoh Abee, Kopelma Darussalam, Syiah Kuala, Banda Aceh, Aceh 23111, Indonesia
[*nitafaradilla01@gmail.com](mailto:nitafaradilla01@gmail.com)

ABSTRAK

Dukungan keluarga merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kepatuhan seseorang dalam menerapkan diet rendah purin. Kurangnya dukungan oleh keluarga akan berpengaruh pada kualitas hidup seseorang terhadap diet yang dijalankan. Pasien yang memiliki dukungan keluarga kurang baik disertai dengan lamanya menderita gout arthritis mengakibatkan kejenuhan serta tidak bersemangat untuk kembali menerapkan diet rendah purin secara rutin, sehingga berdampak buruk pada fisik dan psikologisnya. Tujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga terhadap manajemen diet rendah purin pada 108 pasien gout arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross sectional study dengan teknik total sampling. Data dianalisis menggunakan uji chi-square dengan membagikan angket dan melakukan wawancara terpimpin dengan mengajukan beberapa pertanyaan dari lembar kuesioner dukungan keluarga (26 item) dan manajemen diet rendah purin (17 item) kepada semua responden yang ikutserta dalam penelitian ini. Hasil: diperoleh sebanyak 70,4% memiliki dukungan keluarga baik, dan 62,0% berkategori baik pada manajemen diet yang diterapkan, sehingga menunjukkan ada hubungan signifikan antara dukungan keluarga terhadap manajemen diet rendah purin ($p\text{-value}=0,003$). Dukungan keluarga yang tinggi berdampak pada kepatuhan diet juga pengurangan gejala, serta penting dalam mengelola gout arthritis.

Kata kunci: dukungan keluarga; gout arthritis; kepatuhan; manajemen diet rendah purin; peran keluarga

THE RELATIONSHIP BETWEEN FAMILY SUPPORT AND LOW-PURINE DIET MANAGEMENT IN PATIENTS WITH GOUT ARTHRITIS

ABSTRACT

Family support is one of the factors that can influence a person's level of compliance in implementing a low-purine diet. Lack of support from the family will affect a person's quality of life on the diet they follow. Patients who have poor family support and suffer from gout arthritis for a long time result in boredom and are not enthusiastic about returning to a low-purine diet regularly, which has a negative impact on their physical and psychological well-being. Objective to determine the relationship between family support and management of a low purine diet in 108 gout arthritis patients in the Kuta Alam Community Health Center Working Area, Banda Aceh. This research uses a quantitative design with a cross sectional study approach with total sampling technique. Data were analyzed using the chi-square test by distributing questionnaires and conducting guided interviews by asking several questions from the family support questionnaire (26 items) and low purine diet management (17 items) to all respondents who took part in this study. It was found that 70.4% had good family support, and 62.0% were in the good category for the diet management applied, thus showing that there was a significant relationship between family support and low-purine diet management ($p\text{-value}=0.003$). High family support has an impact on dietary compliance and symptom reduction, and is important in managing gout arthritis.

Keywords: compliance; family role; family support; gout arthritis; low purine diet management

PENDAHULUAN

Gout arthritis merupakan salah satu penyakit degeneratif yang saat ini mulai diperbincangkan dunia. Penyakit gout arthritis ini biasanya diakibatkan oleh pola hidup yang buruk (Zhang et al., 2023). Data yang diperoleh menyebutkan bahwa kasus gout arthritis terus meningkat secara global setiap tahunnya dari 145,19 menjadi 175,68 per jumlah populasi di tahun 1990-2019 (Singh & Gaffo, 2020). Kasus gout arthritis ini juga dapat ditemui di beberapa negara, seperti Taiwan (6,2%), Tiongkok dan Jepang (1,1%), Hongkong (1,8%) (Yokose et al., 2023). Sementara, Indonesia menempati urutan keempat tertinggi kasus gout arthritis yaitu mencapai 13,6% (Irmawati et al., 2023). Berdasarkan data Risesdas (2018), diperoleh Aceh menduduki peringkat pertama tingginya kasus gout arthritis mencapai 13,26% dan sebanyak 108 orang mengalami gout arthritis pada tahun 2024 di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh.

Penyakit gout arthritis dapat disebabkan oleh tingginya kadar asam urat di tubuh yang didapat dari faktor endogen maupun eksogen (seperti seafood, kacang-kacangan, dedaunan hijau, dll). Kadar asam urat akan meningkat bila makanan tinggi purin sering dikonsumsi secara berlebihan, sehingga nantinya akan menimbulkan serangan gejala dari penyakit ini. Apabila tidak ditangani segera dapat berefek buruk dan dapat menjadi penyebab kematian pada seseorang khususnya jika terdapat tofus dan penyakit penyerta, seperti penyakit jantung, gagal ginjal, dan lainnya (Singh & Gaffo, 2020). Dengan demikian, untuk mengatasi hal tersebut diperlukan manajemen diet yang tepat, berupa diet rendah purin (Fadhilla & Ahmad, 2024). Penerapan manajemen diet rendah purin ini akan terlaksanakan dengan baik apabila adanya kesadaran diri sendiri dan motivasi dari keluarga. Keluarga berperan dalam memberikan informasi mengenai penyakit, pengobatan, diet, mengatur dan memantau makanan yang dikonsumsi, mendampingi berobat, serta memberikan motivasi. Pasien yang menderita gout arthritis terlalu lama akan cenderung bosan untuk rutin melaksanakan dietnya kembali, sehingga peran dan dukungan dari keluarga sangat dibutuhkan untuk meningkatkan dan memotivasi pasien (Sabrawi et al., 2023). Semakin baik dukungan yang diberikan oleh keluarga maka semakin baik pula kualitas hidup seseorang. Keluarga dengan dukungan yang baik, seperti perhatian atau peduli padanya, dapat merubah kondisi kesehatan menjadi jauh lebih baik sehingga terdorong dan termotivasi untuk tetap semangat berobat dan menerapkan dietnya, serta mengetahui cara penanganan gout arthritis yang tepat. Tujuannya yaitu untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga terhadap manajemen diet rendah purin pada 108 pasien gout arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh.

METODE

Metode yang digunakan kuantitatif dengan desain deskriptif korelatif menggunakan pendekatan *cross-sectional study*. Dalam penelitian ini, yang menjadi variabel independent yaitu dukungan keluarga dan variabel dependen yaitu manajemen diet rendah purin. Teknik pengambilan total sampling berjumlah 108 responden, melalui pembagian lembar kuesioner dan wawancara terpimpin dengan mengajukan beberapa pertanyaan kuesioner dukungan keluarga (26 pertanyaan) dan manajemen diet rendah purin (17 pertanyaan) kepada semua responden penelitian yang terlibat. Sebelumnya, kuesioner yang digunakan peneliti sudah valid dan reliable, diperoleh hasil yaitu valid $r > 0,468$, dan reliable dengan nilai Cronbach alpha pada dukungan keluarga 0,955 dan manajemen diet rendah purin 0,945. Data dianalisis menggunakan SPSS dengan uji *chi-square* merujuk pada nilai $\alpha = 0,05$. Artinya bila diperoleh nilai $p < \alpha$, maka H_0 ditolak, artinya ada hubungan antara dukungan keluarga terhadap manajemen diet rendah purin pada pasien gout arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Data Demografi Pada Pasien Gout Arthritis (n=108)

Data Demografi	f	%
Tahap Perkembangan		
Remaja Akhir (19-25 tahun)	4	3.7
Dewasa Awal (26-35 tahun)	14	13.0
Dewasa Akhir (36-45 tahun)	29	34.9
Lansia Awal (46-55 tahun)	55	50.9
Lansia Akhir (56-65 tahun)	6	5.6
Jenis Kelamin		
Laki-laki	30	27.8
Perempuan	78	72.2
Status Perkawinan		
Belum Menikah	4	3.7
Menikah	104	104.3
Tingkat Pendidikan Terakhir		
Rendah (SD)	3	2.8
Sedang (Sekolah Menengah)	66	61.1
Tinggi (Perguruan Tinggi)	39	36.1
Pekerjaan		
Tidak Bekerja/IRT	46	42.6
Wiraswasta	23	21.3
PNS	30	27.8
Swasta	5	4.6
Lainnya	4	3.7
Lama Menderita GA		
Akut (1-6 bulan)	92	85.2
Kronis (>6 bulan)	16	14.8

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Variabel Dukungan Keluarga (n=108)

Dukungan Keluarga	f	%
Baik	76	70.4
Kurang	32	29.6

Pada tabel 2 diatas diperoleh dari 108 responden, terdapat 76 responden (70.4%) dengan dukungan keluarga baik. Berdasarkan teori Friedman et al (2010), menjelaskan bahwa dukungan keluarga berperan penting untuk membantu individu menghadapi stress, penyakit, atau memecahkan suatu masalah. Pada penelitian ini, dukungan dari keluarga berpengaruh khususnya bagi pasien gout arthritis untuk mengatur dan memperhatikan makanan yang dikonsumsi serta mencegah kambuhnya serangan gejala gout, melalui pengobatan. Hal ini dikaitkan dengan data demografi pasien, yaitu status pernikahan. Status pernikahan “menikah” menjadi faktor pendukung yang mempengaruhi terlaksanakannya manajemen diet rendah purin seseorang. Penelitian oleh Salmiyati & Asnindari (2020) menyebutkan mereka yang sudah berkeluarga dan berpasangan memiliki kualitas hidup yang terjamin dibanding dengan mereka yang belum mempunyai pasangan, sehingga memberikan kenyamanan fisik dan psikologis terutama bagi pasien gout arthritis yang memiliki masalah kesehatan. Dengan demikian, keluarga perlu dilibatkan dalam manajemen diet rendah purin yang diterapkan, agar anggota keluarga yang sakit patuh pada diet yang dianjurkan.

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Variabel Manajemen Diet Rendah Purin

Manajemen Diet Rendah Purin	f	%
Baik	67	62.0
Kurang	41	38.0

Berdasarkan tabel 3 diatas, diperoleh dari 108 responden, terdapat 67 responden (62.0%) dengan manajemen diet rendah purin baik. Faktor pendidikan berpengaruh terhadap keberhasilan diet yang dijalani seseorang. Kebanyakan, mayoritas pasien pada penelitian ini yaitu lulusan pendidikan “sekolah menengah” dengan persentase 61,1%. Pendidikan berkaitan dengan pengetahuan. Hal ini sesuai dengan penelitian Pasaribu et al (2018), bahwa tingkat pendidikan dan pengetahuan yang memadai akan mempermudah pasien dalam memaknai atau mencari informasi mengenai penyakit dan diet yang diterapkan, sehingga ini akan meningkatkan kualitas hidup pasien. Pengetahuan yang baik akan membantu pasien memilih dan menghindari makanan tinggi purin lainnya yang menjadi faktor penyebab dari gout arthritis.

Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Manajemen Diet Rendah Purin

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh, terdapat hubungan antara dukungan keluarga terhadap manajemen diet rendah purin, dengan nilai *p-value* 0,003. Dukungan keluarga terdiri atas empat bentuk jenis dukungan, meliputi dukungan informasional, instrumental, emosional, serta penilaian. Teori Friedman et al (2010), menjelaskan bahwa keluarga memiliki peran dalam membantu anggota keluarga mengatasi stress, memecahkan masalah, memberi motivasi, nasihat, serta informasi mengenai penyakit. Sejalan oleh penelitian Sutiono & Hatmanti (2018) keluarga berperan mengatur dan memantau makanan yang dikonsumsi pasien, menyediakan makanan rendah purin, memberi motivasi, serta mendampingi berobat, mengatasi kesulitan emosional dan praktis, termasuk pemberian bantuan psikologis, meningkatkan kemampuan pasien dalam menghadapi penyakit melalui pengakuan dan penerimaan perasaan, mengatasi stres, kecemasan, depresi, dan serta kontrol terhadap penyakit.

Pada penelitian ini, keberhasilan diet rendah purin seseorang dilatarbelakangi oleh beberapa faktor, diantaranya faktor lingkungan, pendidikan, pengetahuan, pendapatan/pekerjaan, dan sebagainya. Lingkungan menjadi satu faktor yang mempengaruhi diet rendah purin yang dapat diperoleh dari suami, istri, anak, atau saudara (Dai et al., 2020). Hal ini sesuai dengan penelitian Dasgupta et al (2021), bahwa mereka yang telah berkeluarga atau berpasangan cenderung memiliki pola hidup yang sehat. Didukung oleh Nasari et al (2022), bahwa mereka yang telah menikah akan memiliki perilaku makan yang lebih sehat dan teratur untuk mengontrol jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi setiap hari, sehingga kualitas hidupnya akan terjamin. Begitu pula dengan penelitian Wang et al (2019), bahwa mereka yang belum berkeluarga memiliki gaya hidup yang buruk, dikarenakan tidak adanya perhatian dari keluarga, sehingga mereka sering terjerumus pada perilaku hidup yang tidak sehat, seperti diet tidak baik, konsumsi alkohol, kacang-kacangan, seafood yang berlebihan, sering merokok, atau bahkan sampai mengalami stress yang berat.

Diperolehnya dukungan yang baik dari keluarga sangat membantu pasien mengatasi kesulitan, terutama pada pasien menderita gout arthritis terlalu lama. Hal ini membuktikan bahwa motivasi dari keluarga sangat dibutuhkan untuk memberikan motivasi kembali pada pasien untuk melanjutkan diet rendah purin tersebut (Biegel, 2009). Mensupport, memberi perhatian, memberi rewards dapat meningkatkan kepatuhan seseorang terhadap manajemen diet yang dijalankan (Sutiono & Hatmanti, 2018). Dukungan yang diterima dari keluarga akan membuat pasien sadar untuk menerapkan dietnya secara rutin sehingga tidak akan kesulitan menjalaninya dan akan terasa lebih ringan jika ada keluarga yang mendampingi (Saputra, 2018). Semakin baik dukungan keluarga maka semakin bagus pula manajemen diet rendah purin pasien gout arthritis, begitu pula sebaliknya apabila dukungan yang didapat kurang maka

berdampak buruk bagi kesehatan, akibatnya kurang perhatian terhadap pemeriksaan kesehatan (Aupia, 2021).

Pendidikan menjadi faktor pendukung lainnya terhadap diet rendah purin. Tingkat pendidikan yang tinggi akan menghasilkan pengetahuan yang lebih luas, khususnya mengenai diet rendah purin yang diterapkan. Hal ini berarti pengetahuan yang memadai akan merubah dan membentuk perilaku seseorang menjadi lebih baik, serta bermanfaat untuk mengambil keputusan yang tepat terhadap program diet rendah purin yang dijalankan oleh anggota keluarga, sehingga meningkatkan kepatuhan pasien terhadap manajemen diet dan memberikan hasil kesehatan yang baik (Hariyanto et al., 2023). Penelitian oleh Tumbel et al (2024), menyebutkan tingkat pengetahuan akan berefek terhadap pencegahan suatu penyakit, artinya pengetahuan yang baik tentang diet rendah purin secara tidak sadar telah dilaksanakan oleh pasien dengan menghindari makanan dan minuman tinggi purin.

Hasil penelitian ini pada kuesioner dukungan informasional (TCR), diperoleh persentase tertinggi berada pada item pertanyaan “keluarga memperhatikan jenis makanan yang dihidangkan untuk pasien” dengan persentase 82,41%, dan “keluarga mengetahui penyebab penyakit pasien bersumber dari makanan tinggi purin” dengan persentase 73,15%, dan “keluarga menyediakan makanan yang dapat dikonsumsi pasien meliputi nasi, ubi, singkong, jagung, bihun, pudding, susu, keju, dan telur” dengan persentase 73,15%, dan pertanyaan “keluarga menyediakan makanan untuk pasien dengan cara direbus, dikukus, dipepes, dan dipanggang” dengan persentase 67,59%. Artinya, keluarga ataupun pasien memiliki pengetahuan yang baik terhadap diet rendah purin, akan menghasilkan dampak positif pada pasien gout arthritis seperti mempercepat pemulihan, meningkatkan kepercayaan diri, serta membantu mengelola penyakit melalui penerapan manajemen diet rendah purin. Kemampuan membeli bahan makanan juga mempengaruhi diet dan berkaitan dengan pendapatan seseorang. Pendapatan yang tinggi berpengaruh pada daya beli seseorang, semakin banyak yang dibeli maka semakin banyak pula jumlah makanan yang dikonsumsi (Masalubu et al., 2023).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh, terdapat hubungan antara dukungan keluarga terhadap manajemen diet rendah purin pada pasien gout arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Kota Banda Aceh, dengan p-value= 0,003, dengan persentase 70.4% dukungan keluarga baik dan manajemen diet rendah purin baik persentase 62.0%.

DAFTAR PUSTAKA

- Biegel, D. E. (2009). Family-Centered Care and The Chronic Illness Experience. *Journal Of Family Social Work*, 12 (2), 151-166. Diakses: 23 Desember 2024.
- Dai, A., Mulyono, S., & Khasanah, U. (2020). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Gout Artrithis Pada Lansia. *Journal of Islamic Nursing*, 5(1), 1-12. Diakses: 2 September 2024.
- Dasgupta, E., Chong, Z. P., Ting, M. N., Tajuddin, A. A. M., Voon, K. X., Sasitharan, T., Tai, K. S., & Yeap, S. S. (2022). Relationship Of Medication Adherence, Serum Uric Acid Level And Diet To Recurrent Attacks Of Gout. *The Egyptian Rheumatologist*, 44(1), 69-73. Diakses: 28 November 2024.
- Friedman, M. M., Bowden, V. R., & Jones, E. G. (2010). *Keperawatan Keluarga*. Diakses: 19 Maret 2024.
- Hariyanto, Rahmat, N. N., & Sunanto. (2023). Hubungan Peran Perawat Dengan Diet Makanan Pada Pasien Arthritis Gout Di Posyandu Lansia Dusun Joho Desa Pasirian. *Jurnal Ilmu Farmasi Dan Kesehatan*, 1(4), 254–265. <https://doi.org/10.59841/an-najat.v1i4.550>. Diakses: 20 Juli 2024.

- Irmawati, R., Pailan, E. T., & Baharuddin, B. (2023). Analisis Faktor Risiko Gout Arthritis. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 12(1), 157–162.
- Jannah, R. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Diet Rendah Purin Pada Lansia Yang Menderita Asam Urat Di Wilayah Kerja Puskesmas Juli Kabupaten Bireuen.
- Masalubu, M., Retni, A., & Sudirman, A. N. A. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Dan Sikap Lansia Dalam Upaya Penanganan Penyakit Asam Urat Di Wilayah Kerja Puskesmas Tabongo. *Jurnal Nurse*, 6(1), 97–112.
- Najmah., Idris, H., Utama, F., Sari, I. P., Rosyada, A., Anjani, R., Popita, M. D., Arinda, D. F., Yeni., & Ermi, N. (2022). *Ilmu Kesehatan Masyarakat: Interseksi Teori & Aplikasi pada Konteks Indonesia*. CV. Bintang Semesta Media. <https://books.google.co.id/books?id=h42tEAAAQBAJ>.
- Nasari, M., Bahri, T. S., & Kamal, A. (2022). Manajemen Diet Pada Pasien Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Banda Aceh. *Journals of Ners Community*, 6(4), 52–58.
- Pasaribu, E. S. (2018). *Pengetahuan Perawat Tentang Pencegahan Infeksi bagi Pasien yang Mengalami Tindakan Operasi di RSUD Dr. Djasamen Saragih* (Doctoral dissertation, Universitas Sumatera Utara).
- Riskesdas. (2018). Riset Kesehatan Dasar. *Kementerian Kesehatan RI*, 1(1), 1. <https://www.kemkes.go.id/article/view/19093000001/penyakit-jantung-penyebab-kematian-terbanyak-ke-2-di-indonesia.html>.
- Sabrawi, G. A., Syahleman, R., & Rahayu, S. (2022). Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Rendah Purin Pada Penderita Gout Arthritis. *Jurnal Borneo Cendekia*, 6(2), 13–21.
- Salmiyati, S., & Asnindari, L. N. (2020). Hubungan Usia dan Jenis Kelamin dengan Kualitas Hidup Lanjut Usia Penderita Gout Arthritis. *Intan Husada: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 8(2), 23–28.
- Singh, J. A., & Gaffo, A. (2020). Gout epidemiology and comorbidities. *Seminars in Arthritis and Rheumatism*, 50(3), S11–S16. <https://doi.org/10.1016/j.semarthrit.2020.04.008>. Diakses: 26 Maret 2024.
- Sutiono, M. D., & Hatmanti, N. M. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Asam Urat Pada Lansia Di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Wonokromo Surabaya: The Relationship Of Family Support With Urine Acid's Diet Compliance In Elderly At Posyandu Lansia Health Care Center Won. *Jurnal Stikes Pemkab Jombang*, 4(2), 125–132.
- Yokose, C., McCormick, N., & Choi, H. K. (2021). Dietary and Lifestyle-Centered Approach In Gout Care And Prevention. *Current Rheumatology Reports*, 23, 1–15. Diakses: 28 Maret 2024.
- Zhang, J., Jin, C., Ma, B., Sun, H., Chen, Y., Zhong, Y., Han, C., Liu, T., & Li, Y. (2023). Global, Regional And National Burdens Of Gout In The Young Population From 1990 to 2019: a population-based study. *RMD Open*, 9(2), 1–8. <https://doi.org/10.1136/rmdopen-2023-003025>. Diakses: 1 April 2024.