

## Analisis kebiasaan makan yang menyebabkan peningkatan kadar asam urat pada dosen dan karyawan Universitas Siliwangi

Lilik Hidayanti, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20408873&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Asam urat yang terdapat di dalam tubuh kita tidak boleh berlebihan karena dapat berakibat terjadinya penyakit Gout. Gout dapat merusak ginjal sehingga ekskresi asam urat akan bertambah buruk. Faktor risiko yang mempengaruhi tingginya asam urat adalah umur, asupan purin yang berlebihan, asupan makan, kegemukan, penyakit jantung, dan konsumsi obat-obatan tertentu (diuretika) dan gangguan fungsi ginjal. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis asupan makan dan status gizi yang menyebabkan peningkatan kadar asam urat pada dosen dan karyawan Universitas Siliwangi. Subjek penelitian adalah dosen dan karyawan yang berjumlah 64 orang yang telah memenuhi syarat yang telah ditentukan. Metode yang digunakan adalah metode survei dengan pendekatan cross sectional.

Hasil analisis statistik korelasi pearson produk moment menunjukkan bahwa ada hubungan antara skor kebiasaan konsumsi makanan bersumber purin dan asupan energi, asupan protein, asupan lemak, asupan kolesterol, dan status gizi. Disarankan agar responden perlu mewaspadaai dan berusaha membatasi konsumsi purin yang masuk kategori sedang seperti tempe, tahu, dan sayuran hijau daun, perlu menjaga asupan makan dengan berusaha mengurangi asupan lemak dan kolesterol serta perlu melakukan upaya agar dapat mencegah terjadinya peningkatan kadar asam urat dengan menjaga agar tidak mengalami kegemukan seperti melakukan olahraga rutin.