

HUBUNGAN POLA MAKAN DAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN KADAR ASAM URAT PADA KARYAWAN UGM

Adisti Alyadanti, Susetyowati, Martalena Br. Purba

Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan

Universitas Gadjah Mada

INTISARI

Latar Belakang: Prevalensi hiperurisemia pada karyawan UGM di tahun 2021 mencapai angka 18,7%. Peningkatan kadar asam urat dapat menimbulkan rasa nyeri yang hebat dan akan mengganggu kenyamanan serta menghambat produktivitas karyawan dalam bekerja. Faktor risiko yang menjadi penyebab peningkatan kadar asam urat adalah pola makan dan kegemukan. Pemilihan makanan yang kurang tepat dan tidak bergizi seimbang berdampak pada Indeks Massa Tubuh (IMT) menjadi tergolong *overweight* dan obesitas.

Tujuan: Mengetahui hubungan antara pola makan dan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan kadar asam urat pada karyawan UGM.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross-sectional* di Paviliun Yudistira 2 RS Akademik UGM pada bulan September-Desember 2023. Sebanyak 90 karyawan UGM (pralansia dan lansia) memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Data pola makan diperoleh menggunakan kuesioner pola makan. Data Indeks Massa Tubuh (IMT) diperoleh melalui pengukuran secara langsung kepada subjek penelitian. Data dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji *Chi-Square* untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan terikat dengan nilai signifikansi $p < 0,05$.

Hasil: Persentase kadar asam urat tinggi pada karyawan UGM adalah 20%. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa variabel pola (konsumsi nasi dan mie, umbi-umbian, karbohidrat *refined*, protein hewani, protein hewani olahan, tahu dan tempe, kacang-kacangan, sayur dan buah, jenis masakan dengan bahan pelengkap sumber lemak, dan bahan pemanis) tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kadar asam urat ($p > 0,05$). Sedangkan, variabel Indeks Massa Tubuh (IMT) memiliki hubungan yang signifikan dengan kadar asam urat ($p = 0,017$).

Kesimpulan: Terdapat hubungan bermakna antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan kadar asam urat pada karyawan UGM. Namun, tidak terdapat hubungan bermakna antara pola makan dengan kadar asam urat pada karyawan UGM.

Kata Kunci: Indeks Massa Tubuh, kadar asam urat, pola makan.

RELATIONSHIP BETWEEN DIET AND BODY MASS INDEX WITH URIC ACID LEVELS IN EMPLOYEES AT UNIVERSITAS GADJAH MADA

Adisti Alyadanti, Susetyowati, Martalena Br. Purba

Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing

Universitas Gadjah Mada

ABSTRACT

Background: The prevalence of hyperuricemia among employees at Universitas Gadjah Mada in 2021 reached 18.7%. High uric acid levels can cause severe pain and will reduce comfort and hinder employee's productivity at work. Risk factors that cause high uric acid levels are diet and obesity. Improper food selection and not nutritionally balanced has an impact on the Body Mass Index (BMI) becoming classified as overweight and obese.

Objective: Determine the relationship between diet and Body Mass Index (BMI) and uric acid levels in employees at Universitas Gadjah Mada.

Method: This research is a quantitative study with a cross-sectional design at Yudistira Pavilion 2, UGM Academic Hospital in September-December 2023. A total of 90 UGM employees (pre-elderly and elderly) complied for the inclusion and exclusion criteria. Dietary pattern data was obtained using a dietary pattern questionnaire. Body Mass Index (BMI) data was obtained through direct measurements of research subjects. Data were analyzed univariately and bivariately with the Chi-Square test to determine the relationship between the variables with a significance value of $p < 0.05$.

Results: The percentage of high uric acid levels in UGM employees was 20%. The results of statistical analysis showed that diet (consumption of rice and noodles, tubers, refined carbohydrates, animal protein, processed animal protein, tofu and tempeh, nuts, vegetables and fruit, types of dishes with complementary ingredients as sources of fat, and sweeteners) did not have a significant relationship with uric acid levels ($p > 0.05$). Meanwhile, Body Mass Index (BMI) significantly associated with uric acid levels ($p = 0.017$) in employees at Universitas Gadjah Mada.

Conclusion: There is a significant relationship between Body Mass Index (BMI) and uric acid levels in employees at Gadjah Mada University. However, there is no significant relationship between diet and uric acid levels in employees at Universitas Gadjah Mada.

Keywords: Body Mass Index, diet, uric acid levels.