Protein: Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan
Volume 3, Nomor 2, April 2025
e-ISSN: 3031-0113, p-ISSN: 3031-0121, Hal. 285-300
DOI: https://doi.org/10.61132/protein.v3i2.1304
Available Online at: https://journal.arikesi.or.id/index.php/Protein

Pengaruh Terapi *Peer Group* terhadap Kepatuhan Diet Penderita Asamurat di Desa Mentor Kecamatan Sumberasih Kabupaten Probolinggo

Muhammad Dio Alfandi Wahid[1*], Rizka Yunita[2], Nur Hamim[3]
[123]Mahasiswa Program Sarjana Keperawatan, Universitas Hafshawaty Zainul Hasan Probolinggo, Indonesia

Alamat: Genggong Karangbong Kec.Pajarakan Probolinggo
*Korespondensi penulis: dioalfandi47@gmail.com**

Abstract. *Gout is an inflammatory arthritis caused by the accumulation of uric acid crystals. Dietary adherence is one of the managements of gout. The purpose of this study is to determine the influence of peer group therapy on the dietary adherence of gout sufferers in Mentor Village, Sumberasih District, Probolinggo Regency. This study uses a one-group pre-post test design (pre-experiment) research design. The total population was 36 respondents with gout, the sample studied was 33 respondents with gout using the Purposive Sampling technique, In accordance with the inclusion criteria willing to be a respondent, Permanent Resident of Mentor Village, Patients who have gout, Gout level value above seven point zero for men and Women more than six point zero Exclusion criteria Patients with comorbidities that interfere with the research (kidney, janttung, lung and so on), Patients do not participate in the entire activity or resign.Peer group therapy was carried out four times in 14 days. Statistical Test for dietary adherence using the Wilcoxon Test. The results of the study Before peer group therap was coalited, the Gout Diet Compliance value was moderate, 24 respondents (72.7%),while the after tritmen value of goud diet compliance of 31 respondents (93.9%), The results of the Wilcoxon statistical test,obtained p value = 0.000. This shows that Peer Group therapy affects dietary adherence of gout patients. Peer Group Therapy is a program that can be applied to gout patients who have low dietary adherence. Nurses are expected to be able to use Peer Group Therapy as a health promotion program.*

Keywords: *Dietary Adherence, Gout arthritis, Peer Group*

Abstrak. Penyakit asam urat merupakan suatu penyakit radang sendi yang disebabkan penumpukan kristal asam urat. Kepatuhan diet salah satu penatalaksanaan asam urat. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terapi *peer group* terhadap kepatuhan diet penderita asam urat Di Desa Mentor Kecamatan Sumberasih Kabupaten Probolinggo. Penelitian ini menggunakan desain Penelitian *one-group pra-post test design (pre eksperimen*). Jumlah populasi sebanyak 36 responden penderita asam urat sampel yang diteliti sebanyak 33 responden penderita asam urat dengan teknik Purposive Sampling,Sesuai dengan kriteria Inklusi bersedia menjadi responden, Penduduk tetap Desa Mentor, Penderita yang memiliki asam urat , Nilai kadar Asam Urat di atas 7,0 untuk laki-laki dan Perempuan lebih dari 6,0 Kriterian ekslusi Pasien dengan penyakit penyerta yang mengganggu penelitian (gangguan ginjal,janttung,parudan dan sebagainya), Pasien tidak mengikuti keseluruhan kegiatan atau mengundurkan diri. Terapi *peer Group* dilakukan 4 kali dalam 14 hari. Uji Statistic untuk kepatuhan diet menggunakan Uji Wilcoxon. Hasil penelitian didapatkan responden sebelum di lakukan terapi *peer group* di dapatkan nilai Kepatuhan Diet Asam Urat yang paling banyak tergolong sedang yaitu 24 responden (72,7%), Dan nilai sesudah di lakukan terapi *peer group* di dapatkan nilai Kepatuhan Diet Asam Urat yang paling banyak tergolong tinggi yaitu 31 responden (93,9%), Dari hasil Uji statistic wilcoxon didapatkan p value = 0.000. Hal ini menunjukan terapi *Peer Grup* mempengaruhi kepatuhan diet penderita asam urat. Terapi *Peer Group* merupakan program yang dapat diterapkan pada penderita Asam urat yang memiliki kepatuhan diet yang rendah. perawat diharapkan dapat menggunakan Terapi *Peer Group* sebagai suatu program promosi kesehatan.

Kata Kunci: Kepatuhan Diet, Asam Urat, *Peer Group*

1. LATAR BELAKANG

Asam urat atau merupakan hasil metabolisme akhir dari purin yaitu salah satu komponen asam nukleat yang terdapat inti sel tubuh. Peningkatan kadar asam urat dapat mengakibatkan gangguan pada tubuh manusia seperti perasaan linu-linu di daerah persendian dan sering disertai timbulnya rasa nyeri yang teramat sangat bagi penderitany(

Received: Maret 17, 2025; Revised: Maret 30, 2025; Accepted: April 23, 2025; Published: April 25, 2025

Siregar et al., 2023). Kadar asam urat dalam tubuh dipengaruhi oleh beberapa faktor, contohnya yaitu pola makan dan gaya hidup. Pola makan meliputi frekuensi makan, jenis makanan, dan jumlah makanan. Gaya hidup merupakan pola tingkah laku sehari-sehari yang patut dijalankan oleh suatu kelompok sosial ditengah masyarakat meliputi aktivitas fisik, kebiasaan istirahat, dan kebiasaan merokok (Ridhoputrie et al., 2020)

Prevalensi asam urat secara global sekitar 2,6-47,2% yang bervariasi pada berbagai populasi yang tersebar diseluruh dunia. World Health Organization (WHO) memperkirakan bahwa sekitar 335 juta orang di dunia menderita penyakit asam urat, dan di Negara Amerika Serikat diperkirakan 13,6% dari 100.000 penduduk (Yulanda et al., 2023). Prevalensi penyakit asam urat (gout arthritis) di Indonesia jika dilihat dari karakteristik umur, prevalensi tertinggi pada umur ≥75 tahun (54,8%). Penderita wanita juga lebih banyak (27,5%) dibandingkan dengan pria (21,8%) (Yuswatiningsih et al., 2023). Prevalensi Gout Arthritis di Jawa Timur sebesar (17%) dengan proporsi tingkat ketergantungan lanjut usia ≥ 60 tahun berdasarkan penyakit sendi tertinggi pada ketergantungan mandiri (67,51%). Di Kota Probolinggo terdapat 8,239 (1,80%) penderita penyakit asam urat (Dinkes Probolinggo 2020). Pravelensi penyakit Gout Arthritis berdasarkan umur 55-64 tahun sebesar 45%, umur 65-74 tahun sebesar 51,9% dan umur lebih dari 75 tahun sebesar 54,8%.(Safitri et al., 20023).

Dari hasil studi pendahuluan di Desa Mentor Kecamatan Sumberasih Kabupaten Probolinggo pada tanggal 15 Desember 2023 dengan metode wawancara pada 10 responden penderita asam urat. Di dapatkan sebanyak 100% yang tidak mematuhi diet, sebanyak 6 orang (60%) yang tidak patuh diet di karenakan masih banyak mengkonsumsi makan-makanan tinggi purin seperti, kacang-kacangan, sayuran seperti sayur kol dan bayam ikan laut seperti ikan kering,udang dan kerang dan juga makam-makanan jeroan seperi usus dan hati dan kurangnya edukasi diet asam urat. Sedang kan 4 orang(40%) disebabkan oleh gaya hidup yang tinggi seperti mengkonsumsumsi makanan tinggi lemak seperti jeroan dan seafood sehingga mengakibatkan terjadinya kekambuhan asam urat. Dari 10 responden ketika mengalami kekambuhan asam urat mereka mengkonsumsi jamu asam uarat dan jamu pegel linu yang di beli di toko jamu dan juga melakukan kompres air hangat, rata-rata nilai asam urat dari 10 responden rentang diatas 8,0 mg/dl.

Asam urat dengan gejala utamanya berupa radang sendi atau arthritis adalah penyakit dimana terjadi penumpukan asam urat (uric acid) dalam tubuh secara berlebihan. Jika kadar asam urat dalam darah melebihi batas normal maka akan mengendap menjadi kristal urat dan masuk organ-organ tubuh, khususnya kedalam sendi. Kristal urat ini akan

menimbulkan reaksi radangatau inflamasi yang menyebabkan bengkak kemerahan dan nyeri. Inilah proses terjadinya penyakit asam urat. Pengkristalan asam urat mudah terjadi jika kadar asam urat sudah mencapai 9-10mg/dl (Putri, 2019). Penyakit asam urat terjadi pada semua jenis kelamin terutama pada pria, mulai dari usia muda dan akan mencapai puncaknya pada usia 40 sampai 50 tahun. Kandungan asam urat pada laki-laki terus naik sejalan dengan bertambahnya umur seseorang, sedangkan pada perempuan terutama pada orang lansia atau menapouse akan kehilangan masa organ tubuh seperti tulang dan otot, sedangkan jumlah lemak mengalami peningkatan, jumlah lemak yang berlebihan menjadikan pemicu timbulnya bermacam-macam jenis penyakit kardiovaskuler, kencing manis, hipertensi, dan penyakit degenerative lain nya seperti asam urat atau arthritis gout (Piningit and Afrita, 2023)

Salah satu upaya untuk mengontrol kadar asam urat yang tinggi dapat menggunakan penatalaksanaan diet Prinsip diet penderita asam urat dengan cara mengkonsumsi makanan yang sesuai takaran atau kebutuhan dan keadaan penderita. Diet yang di jalankan harus di sesuaikan dengan tingkat kadar asam urat, keadaan penderita dan kemampuan penderita mengekresikan kelebihan asam urat. Adapun tujuan dari pemberian diet untuk mencapai dalam mempertahankan status gizi maksimal serta menurunkan kandungan asam urat dalam darah. Kepatuhan terhadap diet asam urat atau biasa disebut juga diet rendah purin merupakan salah satu cara dalam mencegah suatu penyakit, patuh melaksanakan pengobatan yang diberikan, meminimalisir asupan menu makanan yang mengandung tinggi purin sehingga membantu mengontrol produksi asam urat atau arthritis gout oleh tubuh manusia. Jika kepatuhan terhadap diet asam urat tidak dilakukan dengan baik maka kandungan asam didalam tubuh akan terus naik, dan penderita akan mengalami sakit yang hebat pada bagian sendi (Piningit and Afrita, 2023). Pada kasus asam urat perlu mendapatkan dukungan yang berkelanjutan sebagai sumberdaya yang membantu mengembangkan klien untuk mempertahankan keterampilan,. pengetahuan, dan perubahan perilaku terutama dalam kepatuhan diet tersebut.

Salah satu upaya penanganan pada penderita asam urat dengan non farmakologis yaitu dengan metode peer group. Dukungan kelompok sesama penderita atau peer group dapat merubah respon psikologis maladaptif menjadi respon psikologis yang adapttif. Dalam kelompok teman sebaya (Peer group) dapat menjadikan individu untuk saling berinteraksi, bergaul dan memberikan semangat dan motivasi terhadap teman sebayanya secara emosional. Adanya ikatan secara emosional dalam kehidupan peer group akan mendatangkan berbagai manfaat dan pengaruh yang besar bagi individu yang berada

dalam kelompok tersebut Sehingga dengan demikian dapat disimpulkan bahwa peer group adalah sekelompok teman sebaya yang mempunyai ikatan emosional yang kuat dan mereka dapat berinteraksi, bergaul, bertukar pikiran dan pengalaman dalam memberikan pembentukan sikap dalam kehidupan sosial dan pribadinya.(Destisya et.all., 2019) Di negara maju, peer group diterapkan sebagai salah satu bentuk terapi pada sekelompok penderita (Komalasar et all., 2020).

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang "Pengaruh Terapi Peer Group Terhadap Kepatuhan Diet Asam Urat di Desa Mentor Kecamatan Sumberasih Kabupaten Probolinggo".

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain Penelitian *one-group pra-post test design (pre eksperimen*). Jumlah populasi sebanyak 36 responden penderita asam urat sampel yang diteliti sebanyak 33 responden penderita asam urat dengan teknik Purposive Sampling,Sesuai dengan kriteria Inklusi bersedia menjadi responden, Penduduk tetap Desa Mentor, Penderita yang memiliki asam urat , Nilai kadar Asam Urat di atas 7,0 untuk laki-laki dan Perempuan lebih dari 6,0 Kriterian ekslusi Pasien dengan penyakit penyerta yang mengganggu penelitian (gangguan ginjal,janttung,parudan dan sebagainya), Pasien tidak mengikuti keseluruhan kegiatan atau mengundurkan diri. Terapi *peer Group* dilakukan 4 kali dalam 14 hari. Uji Statistic untuk kepatuhan diet menggunakan Uji Wilcoxon.

3. HASIL

Data umum

Tabel 1. Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Usia Pada Penderita Asam Urat Di Desa Mentor Kecamatan Sumberasih Kabupaten Probolinggo Pada Bulan Juni Juli 2024

NO	Usia	Frekuensi (F)	Presentase (%)
1.	30 - 35 tahun	3	9,1
2.	36 - 40 tahun	2	6,1
3.	41 - 50 tahun	15	45,5
4.	51 - 60 tahun	12	36,4
5.	>60 tahun	1	3,0
	Jumlah	33	100,0

Sumber: Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Juni 2024

Berdasarkan tabel 1 diatas didapatkan bahwa usia yang usia paling banyak usia 41-50 tahun sebanyak 15 responden (45,5 %), dan usia paling sedikit usia >60 tahun sebanyak 1 responden (3,0 %).

Tabel 2. Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Penderita Asam Urat Di Desa Mentor Kecamatan Sumberasih Kabupaten Probolinggo Pada Bulan Juni – Juli 2024.

NO	Jenis Kelamin	Frekunsi (f)	Presentase(%)
1.	Laki – Laki	13	39,4
2.	Perempuan	20	60,6
3.	Jumlah	33	100,0

Sumber: Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Juni 2024

Berdasarkan tabel 2 diatas didapatkan bahwa jenis kelamin laki-laki sebanyak 13 responden (39,4%), jenis kelamin perempuan sebanyak 20 responden (60,6%).

Tabel 3. Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Pendidikan Pada Penderita Asam Urat Di Desa Mentor Kecamatan Sumberasih Kabupaten Probolinggo Pada Bulan Juni – Juli 2024.

No	Pendidikan	Frekunsi (f)	Presentase(%)
1.	Tidak Sekolah	11	33,3
2.	SD	8	24,2
3.	SMP	6	18,2
4.	SMA	8	24,2
5.	Perguruan Tinggi	0	0
	Jumlah	33	100,0

Sumber: Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Juni 2024

Berdasarkan tabel 3 diatas didapatkan bahwa pendidikan terakhir responden yang tidak sekolah paling banyak sebanyak 11 responden (33,3%), dan yang paling sedikit, SMP/Sederajat sebanyak 6 responden (18,2%).

Tabel 4. Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Pekerjaan Pada Penderita Asam Urat Di Desa Mentor Kecamatan Sumberasih Kabupaten Probolinggo Pada Bulan Juni – Juli 2024.

NO	Pekerjaan	Frekunsi (f)	Presentase(%
1.	Petani	10	30,3
2.	Pedagang	3	9,1
3.	PNS	0	0
4.	Pegawai Swasta	11	33,3
5.	IRT	9	27,3
	Jumlah	33	100,0

Sumber: Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Juni 2024

Berdasarkan tabel 5.4 diatas didapatkan bahwa pekerjaan responden yang paling banyak pegawai swasta sebanyak 11 responden (33,3%), daan paling sedikit pedagang sebanyak 3 responden (9,1%).

Data Khusus

Tabel 5. Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Nilai Kepatuhan Diet sebelum dilakukan Terapi *Peer group* pada Penderita Asam Urat Di Desa Mentor Kecamatan Sumberasih Kabupaten Probolinggo Pada Bulan Juni – Juli 2024.

NO	Kepatuhan Diet Asam Urat Sebelum	Frekunsi (f)	Presentase(%)
1.	Rendah	3	9,1
2.	Sedang	24	72,7
3.	Tinggi	6	18,2
	Jumlah	33	100,0

Sumber: Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Juni 2024

Berdasarkan tabel 5 didapatkan nilai Kepatuhan Diet Asam Urat di Desa Mentor sebelum dilakukan Terapi *Peer Group* di dapatkan nilai Kepatuhan Diet Asam Urat yang paling banyak tergolong sedang yaitu 24 responden (72,7%), dan paling sedikit nilai Kepatuhan Diet Asam Urat tergolong rendah sebanyak 3 responden (9,1%).

Tabel 6. Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Nilai Kepatuhan Diet sesudah dilakukan Terapi *Peer group* pada Penderita Asam Urat Di Desa Mentor Kecamatan Sumberasih Kabupaten Probolinggo Pada Bulan Juni – Juli 2024.

NO	Kepatuhan Diet Asam Urat Sesudah	Frekunsi (f)	Presentase(%)
1.	Rendah	0	0
2.	Sedang	2	6,1
3.	Tinggi	31	93,9
	Jumlah	33	100,0

Sumber: Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Juni 2024

Berdasarkan tabel 6 didapatkan nilai Kepatuhan Diet Asam Urat di Desa Mentor sesudah dilakukan Terapi *Peer Group* di dapatkan nilai Kepatuhan Diet Asam Urat yang paling banyak tergolong tinggi yaitu 31 responden (93,9%), dan yang paling sedikit nilai Kepatuhan Diet Asam Urat tergolong sedang yaitu 2 responden (6,1%).

Analisa Data

Tabel 7. Analisis Pengaruh Sebelum Dan Sesudah Terapi *Peer Group* Terhadap Kepatuhan Diet Asam Urat di Desa Mentor Kecamatan Sumberasih Kabupaten Probolinggo

		Kepatuhan Diet Sesudah			
		Rendah	Sedang	Tinggi	Total
Kepatuhan Diet Sesebelum	Rendah	0	2	1	3
	Sedang	0	0	24	24
	Tinggi	0	0	6	6
	Total	0	2	31	33
P Value : 0,000					

Dari tabel 7 diatas didapatkan dari 33 responden bahwa ada 3 responden sebelum diberikan terapi *peer group* dikategori rendah menjadi 0 responden Kemudian ada 24 responden sebelum diberikan terapi *peer group* dikategori sedang menjadi 2 responden di kategori sedang, Kemudian ada 6 responden sebelum diberikan terapi *peer group* dikategori tinggi.menjadi 31 responden di kategori tinggi.

Berdasarkan tabel 7 diatas menunjukkan bahwa hasil pengukuran hasil uji statistic yang dilakukan peneliti dengan menggunakan uji analisis Wilcoxon Signed Rank Test SPSS terhadap kepatuhan diet asam urat di Desa Mentor Kabupaten Probolinggo dengan sejumlah 33 responden, menunjukkan bahwa sebagian besar responden memilki kepatuhan diet asam urat tergolong tinggi yaitu 31 responden (93,9%) Sig.(2 tailed) adalah 0.000 Sehingga p = 0,000 < a = 0,05. Dari hasil analisa tersebut dapat disimpulkan H1 di terima artinya ada Pengaruh Terapi *Peer Group* Terhadap Kepatuhan Diet Asam Urat di Desa Mentor Kecamatan Sumberasih Kabupaten Probolinggo.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengukuran Kepatuhan Diet sebelum di berikan terapi *peer group* Di Desa Mentor Kecamatan Sunberasih Kabupaten Probolinggo

Berdasarkan tabel 5.5 didapatkan nilai Kepatuhan Diet Asam Urat di Desa Mentor sebelum dilakukan Terapi *Peer Group* di dapatkan nilai yang paling banyak Kepatuhan Diet Asam Urat tergolong sedang yaitu 24 responden (72,7%), dan nilai yang paling sedikit Kepatuhan Diet Asam Urat tergolong rendah sebanyak 3 responden (9,1%). Dari hal tersebuth responden tidak mengtahui apa saja yang harus di hindari untuk di konsumsi.

kepatuhan sebagai tahap pasien melakukan tata laksana terapi dan telah mengembangkan perilaku sesuai yang disarankan oleh tenaga kesehatan. Kepatuhan terhadap diet asam urat merupakan bagian dari pencegahan primer dari suatu penyakit, patuh untuk melaksanakan cara pengobatan yang diberikan, mengurangi asupan makanan yang tinggi purin sehingga membantu mengontrol produksi asam urat oleh tubuh (Saputra, 2019).

Dari hasil penelitian di ketahui bahwa usi paling banyak usia 40-50 (45,5%) Menurut penelitian yang di lakukan oleh shinta *et.all*., (2024) penyakit asam urat banyak menyerang usia dewasa madya yaitu usia antara 40 hingga 60 tahun yang merupakan awal dari seseorang memiliki riwayat penyakit asam urat. Hal ini dikarenakan pada usia tersebut khusus di kalangan wanita banyak yang memasuki usia premenopause, sehingga terjadilah ketidakseimbangan hormon yang menyebabkan terjadinya penumpukan kadar asam urat dalam darah.

Dari hasil penelitian di ketahui bahwa sebagian besar besar responden adalah perempuan sebanyak 20 (60,6%) Menurut penelitian yang di lakukan oleh Efendi dan Wiwik (2022) Pada dasarnya perempuan memiliki resiko tinggi asam urat setelah monopouse dan dipengaruhi hormon estrogen, hormon estrogen sendiri berperan untuk membantu pengeluaran asam urat untuk dapat keluar melalui urin. Berkurangnya jumlah hormon estrogen didalam darah menyebabkan penurunan pembuangan asam urat melalui ginjal sehingga menyebabkan kadar asam urat meningkat.

Hasil penelitian diketahui bahwa faktor literasi pada tingkat pendidikan tidak sekolah yang menderita asam urat sebanyak 11 responden (33,3%). Pendidikan merupakan upaya untuk mengembangkan kepribadian dan keterampilan. Menurut Arlinda *et.all.*,(2021) Tingkat pendidikan seseorang mempengaruhi perilaku gaya hidup dan sikap seseorang dalam mengatasi masalah kesehatannya. Semakin tinggi..pendidikan seseorang maka semakin tinggi pula wawasan dan pengetahuannya tetapi orang yang berpendidikan rendah belum tentu memiliki pengetahuan yang rendah.

Hasil penelitian di ketahui bahwa pekerjaan paling banyak pegawai sawasta 11 (33,3%) atau responden yang bekerja sebagai karyawan pabrik atau perusahaan swasta.Menurut penelitian yang di lakukan oleh shinta *et.all*., (2024) pekerjaan yang berat atau yang membutuhkan aktivitas fisik berlebih dapat menyebabkan penderita asam urat mengalami kekambuhan pada penyakitnya, karena kelelahan juga bisa menjadi faktor penyebab timbulnya asam urat yang berlebih yang ditandai dengan peningkatan kadar asam dalam darah. Namun pekerjaan yang ringan dan tidak diimbangi dengan olahraga

atau aktivitas fisik yang ringan juga dapat menyebabkan penderita asam urat mengalami kekambuhan pada penyakitnya, karena protein yang dikonsumsi dalam tubuh akan beresiko tinggi menghasilkan asam urat.

Menurut asumsi peneliti bahwa kepatuhan diet di desa mentor di katagori sedang dalam kepatuhan diet di sebabkan kurangnya kesadaran diri dari responden yang masih mengkonsumsi makanan yang tinggi purin dan pemahaman responden yang masih kurang tentang diet asam urat. Untuk menangani responden yang masih di katagori rendah dan sedang yaitu menggunakan terapi peer group.

Pengukuran Kepatuhan Diet sesudah di berikan terapi *peer group* Di Desa Mentor Kecamatan Sunberasih Kabupaten Probolinggo

Berdasarkan tabel 5.5 didapatkan nilai Kepatuhan Diet Asam Urat di Desa Mentor sesudah dilakukan Terapi *Peer Group* di dapatkan nilai Kepatuhan Diet Asam Urat tergolong sedang yaitu 2 responden (6,1%), sedangkan nilai Kepatuhan Diet Asam Urat tergolong tinggi yaitu 31 responden (93,9%), dan nilai Kepatuhan Diet Asam Urat tergolong rendah sebanyak 0 responden (0%). Dari hal tersebut tingginya kepatuhan diet itu di sebabab kan dukungan antar teman dan jugak berbagi pengalaman atar teman yang menderita asam urat utuk batasan-batasan makanan atau diet bagi penderita asam urat

Kepatuhan diet merupakan tindakan individu terkait melakukan pengobatan yakni mengikuti diet, mengubah gaya hidup dan minum obat sesuai dengan aturan. Patuh menggambarkan partisipasi dalam mencegah masalah dan membuat keputusan tertentu dalam merubah perilaku, perubahan tersebut merupakan suatu tindakan yang dilakukan secara sukarela dan dikenal dengan istilah adherence (Widodo, 2020). Diet asam urat bertujuan untuk mengurangi makanan yang kaya akan kandungan purin seperti jeroan, daun melinjo, bayam, sarden, kangkung. Diet asam urat merupakan salah satu metode pengendalian gout secara alami, jika dibandingkan dengan obat penurun asam urat yang dapat menumbulkan beberapa efek samping. (Gusti *et.all*., 2023)

Mi'mah *et all.* (2023) menjelaskan *peer group* strategi dalam meningkatkan kepatuhan dalam menjalankan program pengobatan bisa dilakukan dengan memberikan dukungan informasi dari tenaga kesehatan dan dukungan sosial dari teman sebaya serta dukungan keluaraga sehingga diperlukan sebuah program pendidikan kesehatan oleh sesama penderit.Menurur penelitian Maimunah *et.all*.,(20023) *peer group* adalah edukasi kelompok teman sebaya untuk memberi informasi dan arahan yang baik terhadap teman di sekitar sehingga mampu untuk mengubah perilaku seseorang.

Menurut asumsi peneliti *peer group* dapat membantu responden untuk membagi pengalaman nya atar teman dan juga dukungan antar teman, sikap dan perilaku kesehatan bisa di sampaikan melalui program edukasi yang diberikan oleh teman sebaya dan pendidikan kesehatan bisa memberikan motivasi seseorang dalam menerima informasi kesehatan dan bisa merubah perilaku kesehatan menjadi lebih positif.

Analisis Pengaruh Terapi *Peer Group* Terhadap Kepatuhan Diet Asam Urat di Desa Mentor Kecamatan Sumberasih Kabupaten Probolinggo

Berdasarkan hasil Uji Wilcoxon menunjukkan hasil p = 0,000 < a= 0,05, maka penelitian ini menunjukkan bahwa ada Pengaruh Terapi *Peer Group* Terhadap Kepatuhan Diet Asam Urat di Desa Mentor Kecamatan Sumberasih Kabupaten Probolinggo.

Dukungan kelompok sebaya berkaitan dengan dukungan praktis, sosial dan emosional dari sekelompok orang dengan kondisi penyakit yang sama, sehingga dapat meningkatkan motivasi dalam mengelola penyakitnya. Dukungan peer group dilakukan dalam kelompok yang siap mendengarkan keluhan dan berbagai strategi dalam menghadapi masalah diet,dan membantu meningkatkan kepatuhan diet (Dirgantar dan Triani, 2021)

Berdasarkan penelitian sebelum nya bahwa *Peer group* memberikan kesempatan kepada orang-orang dengan pengalaman sakit yang sama dapat berbagi pengetahuan dan pengalaman kepada yang lainnya yang tidak didapatkan dari petugas kesehatan ataupun keluarga. Kelompok juga terbukti lebih efektif dibandingkan terapi individual karena ketika dalam kelompok, klien menyadari bahwa ada perjuangan dasar yang sama untuk saling berbagi sehingga menjauhkan klien dari rasa keterasingan ataupun kesendirian. (Maria *et.all.*, 2023)

Peer group adalah forum di mana kelompok penderita asam urat dapat berbagi pengalaman, bertukar informasi, dan memberikan serta menerima dukungan emosional. Berkat forum ini, kawan-kawan yang menderita penyakit asam urat bisa lebih terbuka berbagi masalah dan pengalamannya. Peer group akan meningkatkan pemahaman pasien tentang instruksi dan akan lebih termotivasi oleh dukungan teman sebaya. (Hasan dkk., 2020). *Peer group* diketahui dapat mengubah perilaku kesehatan dengan dukungan positif dari teman sebaya.

Dalam penelitian ini terapi *peer group* dilakukan dengan 4 Pertemuan dilakukan selama 2 minggu pertemuan dengan setiap pertemuan durasi waktu kurang lebih 60 menit

pelaksanaan. Adapun urutan dalam pelaksanaan terapi *peer group* seperti Pertemuan pertama

Dalam penelitian ini pertemuan pertama yang kita lakukan yaitu pembentukan *peer group* dan penentuan Peer atau lider yang ada dalam kelompok.

Menurut Diantiningsih (2012) *peer group* dilakukan sebanyak 2 kali dalam satu minggu dan dilakukan selama 2 minggu dengan durasi tiap pertemuan adalah 60 menit untuk melihat perubahan Responden.

Orang yang terkena penyakit dianjurkan bergabung dengan *peer group* supaya ada partisipasi dari anggotaanggota kelompok untuk membantu dalam melaksanakan manajemen perawatan diri dan pencegahan komplikasi (Haidari *et al.,* 2016).

Dalam penelitian ini Pada pertemuain ke dua mebahas tetang diet rendah purin bagi penderita asam urat yang di bahas oleh *peer group* dan di temani oleh peneliti.

Menurut Noor Helmi (2016), diet untuk penderita asam urat mempunyai syarat-syarat sebagai berikut Pembatasan Purin, Kalori Sesuai dengan Kebutuhan, Tinggi Karbohidrat, Rendah Protein, Rendah Lemak, Tinggi Cairan dan Tanpa Alkohol.

Menurut Alvin Aaltje. E, Widhi, (2016)Diet yang paling utama pada orang yang terkena asam urat yaitu rendah purin, yaitu dengan cara menghindari atau membatasi jenis-jenis makanan yang tinggi purin JASBUKET (Jerohan, Sardencis, Burung, Kaldu, Kacang, Emping, dan Tape). Karena asam urat lebih mudah larut dalam urine yang alkalis, diet rendah purin harus mengandung lebih banyak hidratarang dan lebih sedikit lemak dengan jumlah cairan yang memadai untuk membantu pengeluaran kelebihan asam urat.

Dalam penelitian ini Pada pertemuan ke tiga Membahas tentang Strategi Mencapai Kepatuhan Diet yang di bahas oleh *peer group* dan di temani oleh peneliti

Menurut Almatsier (2010), Diet rendah purin dapat di klasifikasikan sebagai berikut Kelompok 1 Kadar purin tinggi (100-1000mg purin/ 100mg bahan pangan), sebaiknya di hindari makanan jeroan seperti otak, hati, jantung, exstrak danging atau kaldu, bebek, burung dara, sarden, makarel, remis, kerang, ikan kering, alcohol, ragi, (makanan kaleng atau yang diawetkan). Kelompok 2 Kadar purin sedang (9-100mg purin atau 100mg bahan pangan), dibatasi maksimal 50-75mg, seperti daging sapi, dan ikan (kecuali yang terdapat dalam kelompok I) ayam, udang, kacangkacangan kering dan hasil olahannya, seperti tahu, tempe, asparagus bayam, daun singkong, kembang kol, daun melinjo, biji melinjo, buncis, jamur. Kelompok 3 Kadar purin rendah (dapat diabaikan), dapat dimakan setiap hari seperti nasi, singkong, ubi, jagung, roti whole wheat, bihun, mie,

susu rendah lemak, telur, keju, gula, buah-buahan dan sayuran (kecuali sayuran yang ada dalam kelompok III).

Dalam penelitian ini Penerapan diet harus dilakukan secara tetap, teratur dan terus menerus untuk melihat manfaat penuh dari diet. Ketika penderita menerapkan diet purin, maka harus mengikutinya dengan ketat untuk mendapatkan hasil yang maksimal. Salah satu yang memepengaruhi kepatuhan diet ialah faktor pendidikan. Kemudahan untuk mendapatkan informasi yang tepat dan mengetahui dasar ilmu di balik diet mungkin dapat membantu penderita gout mengerti prosesnya lebih baik karean tanpa 100% kepatuhan terhadap diet, kekuatan dari diet purin tersebut tidak akan terlihat (Washnieski, 2019).

Pada pertemuan ke empat kita mengevaluasi apakah dengan terapi *peer group* responden bias patuh terhadap kepatuhan diet asam urat

Dengan adanya *peer group* responden dapat mengatur pola makan atau diet asam urat bahwa kepatuhan sebagai tahap pasien melakukan tata laksana terapi dan telah mengembangkan perilaku sesuai yang disarankan oleh tenaga kesehatan. Kepatuhan terhadap diet asam urat merupakan bagian dari pencegahan primer dari suatu penyakit, patuh untuk melaksanakan cara pengobatan yang diberikan, mengurangi asupan makanan yang tinggi purin sehingga membantu mengontrol produksi asam urat oleh tubuh (Saputra, 2019).

Menurur asumsi peneliti *peer group* adalah edukasi kelompok teman sebaya dan dukungan kelompok teman sebaya untuk memberi informasi dan arahan yang baik terhadap teman di sekitar sehingga mampu untuk mengubah perilaku seseorang terutama dalam edukasi untuk kepatuhan diet asam urat di desa mentor peer yang terpilih merupakan seorang yang pernah mengalami asam urat dan mengerti tetang diet asam urat sehingga peer sangat mudah dalam memberi edukasi untuk megubah perilaku yang baik kepada kelompok, dan kelompok lebih memahami dan mengerti dengan penjelasan peer karena yang menjadi peer lebih paham cara melakukan diet asam urat jadi kelompok lebih mudah untuk bertukar cerita dengan peer, adanya peer group bias kelompok bias saling tukar pendapat atau saling memberikan motivasi yang baik terhadap teman sebaya dan jugak saling mendukung antar teman sebay. Hal tersebut disesuaikan dengan pendapat. Dhina (2020) menjelaskan sebelum pemberian perlakuan berbasis *peer group* responden memiliki kepatuhan diet yang buruk dan sesudah pemberian perlakuan berbasis *peer group* sebagian besar kepatuhan diet responden mengalami peningkatan.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi peer group terhadap kepatuhan diet asam urat di Desa Mentor Kecamatan Sumberasih Kabupaten Probolinggo, dengan rincian sebagai berikut: sebelum dilakukan terapi peer group, kepatuhan diet asam urat paling banyak tergolong sedang yaitu sebanyak 24 responden (72,7%); setelah dilakukan terapi peer group, kepatuhan paling banyak tergolong tinggi yaitu sebanyak 31 responden (93,9%); terdapat pengaruh signifikan terapi peer group terhadap kepatuhan diet asam urat dengan nilai p-value sebesar 0,000.

Saran

Bagi Institusi Pendidikan

Bagi Institusi Pendidikan diharapkan untuk menambah literature dalam perpustakaan berupa ilmu Kesehatan tentang kepatuhan diet penderita asam urat.

Bagi Profesi Keperawatan

Bagi profesi keperawatan diharapkan dapat memberikan asuhan keperawatan dan mengevaluasi dan memonitoring tentang kepatuhan diet penderita asam urat**.**

Bagi Lahan Penelitian

Diharapkan kepada pihak pukesmas dapat mengembangkan dan memberikan edukasi melalui para kader dan petugas kesehatan untuk mengedukasi tentang pentingnya kepatuhan diet bagi penderita asam urat

Bagi Responden Bagi Responden

Diharapkan responden dapat mengaplikasikan setiap pembahasan yang telah dilakukan dalam Terapi *Peer group* secara rutin serta tetap optimis dan semangat dalam menjalani kehidupan sehari-hari agar dapat menjaga dan meningkatkan kepatuhan diet serta menurunkan kadar asam urat.

Bagi Peneliti

Diharapkan sebagai bahan masukan dan pengalaman dalam menambah wawasan yang nantinya bisa menambah variabel lain antara independen dan dependen sehingga menambah pemahaman yang baru untuk dibuat referensi lain.

Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat menggambungkan antara pengaruh peer group dengan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet penderita asam urat agar penelitian dapat jauh lebih sempurna dari sebelumnya.

DAFTAR REFERENSI

A. Aziz Alimul Hidayat. (2018). Metode penelitian kesehatan paradigma kuantitatif. Health Books Publishing. ISBN 978-602-97934.

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). Riskesdas 2018. Kementerian Kesehatan RI.

Destisya, J., Hendarso, Y., & Yusnaini, Y. (2019). Peran peer group dalam membentuk perilaku konsumtif mahasiswa Fakultas Ekonomi, Universitas Sriwijaya. Jurnal Sosiologi Nusantara, 5(2), 126–139. https://doi.org/10.33369/jsn.5.2.126-139

Dinas Kesehatan Kabupaten Probolinggo. (2020). Profil kesehatan Kabupaten Probolinggo 2020. Dinkes Kabupaten Probolinggo.

Efendi, M., & Natalya, W. (2022). Gambaran kadar asam urat pada lanjut usia di Desa Rowoyoso Kecamatan Wonokerto Kabupaten Pekalongan. University Research Colloqium, 1054–1060.

Gafar, A. S. (2023). Peranan remaja dengan konsep basimpuah dan baselo dalam pencegahan resiko HIV/AIDS. NEM.

Helmi, Z. (2019). Buku ajar gangguan muskuloskeletal (A. Suslia, Ed.). Salemba Medika.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Hasil utama Riskesdas 2018. http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil%20Riskesdas%202018

Komalasari, T., Permatasari, T. A. E., & Supriyatna, N. (2020). Pengaruh edukasi dengan metode peer group terhadap perubahan pengetahuan, sikap dan tekanan darah pada lansia di UPTD Puskesmas Sukahaji Kabupaten Majalengka. Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia, 5(5), 184. https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v5i5.1114

Maria, E., Marfuah, & Kusyairi, A. (2023). Pengaruh peer group tentang 5 pilar penanganan diabetes melitus terhadap kualitas hidup Dr. Haryoto Lumajang. Jurnal Ilmu Kesehatan, 67–76. http://journal-mandiracendikia.com/index.php/JIK-MC/article/view/313/218

Mi'mah, N., Asyrofi, A., Arisdiani, T., & Ardiyanti, Y. (2023). Pengaruh peer group support terhadap self care klien hipertensi. Jurnal Surya Muda, 5(1), 55–68. https://doi.org/10.38102/jsm.v5i1.255

Mustikarani, I. K., Wulandari, Y., & Widiaswati, A. (2021). Health education using MAGIS booklet to increasing menstrual hygiene perception of teenage girls. Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional, 6(1), 53–58.

Noviyanti. (2019). Hidup sehat tanpa asam urat. Notebook.

Nursalam. (2017). Metodologi penelitian ilmu keperawatan (Edisi ke-4). Salemba Medika.

Pademme, D., & Banna, T. (2021). Peer group support terhadap self-efficacy pasien DM tipe II. Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA), 3(3), 210–216. https://doi.org/10.36590/jika.v3i3.202

Perry, A. G., & Potter, P. A. (2006). Fundamental keperawatan. EGC.

Piningit, D., & Afrita, T. (2023). Analisis kepatuhan penderita asam urat terhadap diet rendah purin di Desa Batujaya Karawang. Jurnal XYZ, 3, 2923–2931.

Putri, A. A. (2019). Pengaruh terapi bekam terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Sitiung 1. Menara Ilmu: Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah, 13(7), 20–23. https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/view/1495/1311

Rahmawati, S., Komalawati, R., & Prawoto, E. (2024). Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita asam urat di Desa Tempuran. E-Journal Cakra Medika, 11(1), 11. https://doi.org/10.55313/ojs.v11i1.170

Ridhoputrie, M., Karita, D., Romdhoni, M. F., & Kusumawati, A. (2020). 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), 43–50. https://doi.org/10.30595/hmj.v2i1.3481

Sabrawi, Syahleman, & Rahayu. (2022). Dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah purin pada penderita gout arthritis. Jurnal Borneo Cendekia, 6(2), 13–21.

Safitri, E. D., Hartono, D., & Kusyairi, A. (2023). Efektivitas kompres hangat jahe dan senam ergonomis terhadap penurunan nyeri gout arthritis pada lansia di Desa Mojolegi Kecamatan Gading Kabupaten Probolinggo. Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan (JURRIKES), 2(2), 215–231.

Salam, A. Y. (2024). 110-119+Muna (1). Jurnal XYZ, 109–119. (Judul dan detail perlu diperjelas)

Savitri, D. (2021). Diam-diam mematikan! Cegah asam urat dan hipertensi. (Kota tidak dicantumkan): (Penerbit tidak diketahui).

Septiana, & Edy. (2017). Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet asam urat di Puskesmas Gamping I. (Skripsi tidak dipublikasikan). Universitas Aisyiyah Yogyakarta.

Silpiyani, S., Kurniawan, W. E., & Wibowo, T. H. (2023). Karakteristik responden lansia penderita asam urat di Desa Pageraji Kecamatan Cilongok. SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah, 2(5), 1818–1828. https://doi.org/10.55681/sentri.v2i5.916

Siregar, I. S., Handayani, I., & Nasution, H. B. (2023). Pemberian penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan lansia tentang asam urat di Desa Sei Limbat Kabupaten Langkat. Jurnal XYZ, 3(1), 1–6.

Stanley. (2007). Buku ajar keperawatan gerontik (Edisi ke-2). EGC.

Sugiyono. (2017). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta.

Wahyuni, S., Hasan, M., Romiko, & Efroliza. (2020). The Indonesian Journal of Health Science Volume 12, No.1, Juni 2020. The Indonesian Journal of Health Science, 12(1), 158–168.

Widodo, P. (2020). Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet asam urat pada lansia di Posyandu Ngudi Waras di Dusun Pelemsewu Panggung Harjo Sewon Bantul. (Skripsi tidak dipublikasikan). Tahun 2013.

Yulanda, E., Ode, L., Azim, L., Epidemiologi, D., Masyarakat, F. K., & Oleo, U. H. (2023). Faktor genetik dan konsumsi purin sebagai prediktor asam urat pada masyarakat pesisir. Jurnal XYZ, 6(3), 258–268.

Yuswatiningsih, E., Nofalia, I., & Maunaturrohmah, A. (2023). Penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan asam urat pada lansia. Community Reinforcement and Development Journal, 2(2), 26–30. https://doi.org/10.35584/reinforcementanddevelopmentjournal.v2i2.147