

ABSTRAK

Makanan sumber purin (jeroan, kacang-kacangan, kangkung, bayam, kembang kol, tahu, tempe) merupakan makanan yang dapat meningkatkan kadar asam urat. Banyaknya wanita usia 40-50 tahun yang masih mengonsumsi makanan bersumber purin. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan konsumsi makanan sumber purin dengan kadar asam urat pada wanita usia 40-50 tahun di RW 5 Wonokromo Surabaya.

Desain penelitian ini analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi 50 wanita usia 40-50 tahun dengan besar sampel 44 orang dengan teknik *simple random sampling*. Variabel independen konsumsi makanan sumber purin, variabel dependen kadar asam urat. Instrumen penelitian menggunakan kuisioner, wawancara dan *blood uric acid test strip*. Analisa data menggunakan uji *Rank Spearman* dengan nilai $\alpha = 0,05$

Hasil penelitian menunjukkan hampir seluruhnya (81.8%) responden mengonsumsi makanan sumber purin dengan kategori kurang baik, hampir seluruhnya (84.1%) responden memiliki kadar asam urat tinggi. Uji *Rank Spearman* $\alpha = 0,05$ didapatkan hasil $\rho = 0,01$ sehingga $\rho < \alpha$ yang berarti ada hubungan antara konsumsi makanan sumber purin dengan kadar asam urat pada wanita usia 40-50 tahun di RW 5 Wonokromo Surabaya.

Semakin sering wanita mengonsumsi makanan sumber purin akan mempengaruhi kadar asam uratnya. Diharapkan semua wanita dapat menjaga konsumsi makanan, agar dapat menjaga kesehatan dan mengurangi resiko terjadinya asam urat.

Kata Kunci : Konsumsi Makanan Sumber Purin, Kadar Asam Urat