

ABSTRAK

PERBANDINGAN PERBEDAAN KADAR ASAM URAT DARAH SEBELUM DAN SESUDAH KONSUMSI KURMA SEBAGAI TAKJIL PADA PUASA RAMADHAN DAN TINJAUANNYA MENURUT PANDANGAN ISLAM

Anisa Ayuningtyas, Syukrini Bahri, Amir Mahmud

Latar Belakang : Dehidrasi selama puasa Ramadhan dapat menyebabkan penurunan filtrasi glomerulus dan ekskresi asam urat sehingga kadar asam urat dalam darah dapat meningkat. Konsumsi kurma ketika berbuka puasa sesuai dengan sunah Rasul memiliki efek sebagai proteksi ginjal (*nephroprotective*) dengan memperbaiki fungsi dari tubulus kontortus proksimal sehingga dapat menurunkan kadar asam urat darah dan mempertahankannya pada konsentrasi yang normal.

Metode : Studi ini merupakan studi eksperimental dengan rancangan penelitian *non-randomized pretest-posttest control group design*, dan penetapan sampel dengan *non random sampling* dengan metode *purposive sampling*.

Hasil : Hasil penelitian yang dilakukan selama 14 hari menunjukkan bahwa dari 39 responden yang terdiri dari kelompok perlakuan sebanyak 23 orang yang mengkonsumsi lima butir kurma Sukarri sebagai takjil serta menunda makan berat selama 15 menit dan kelompok kontrol sebanyak 16 orang, didapatkan kadar rata-rata asam urat kelompok perlakuan sebesar 6,9 mg/dL dan 6,9 mg/dL pada sebelum dan sesudah konsumsi kurma sebagai takjil, serta pada kelompok kontrol sebesar 6,5 mg/dL dan 6,7 mg/dL pada sebelum dan sesudah puasa Ramadhan.

Kesimpulan : Tidak ada perbedaan antara kadar asam urat darah sebelum dan sesudah konsumsi kurma sebagai takjil selama puasa Ramadhan baik pada kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol, serta tidak ada penurunan kadar asam urat yang lebih besar pada kelompok perlakuan dibandingkan kelompok kontrol.

Kata Kunci : *Kadar asam urat, Konsumsi kurma, Puasa ramadhan*

ABSTRACT

COMPARISON OF THE DIFFERENCE OF BLOOD URIC ACID LEVELS BEFORE AND AFTER DATE CONSUMPTION AS TAKJIL IN RAMADHAN FASTING AND THE REVIEW ACCORDING TO ISLAM

Anisa Ayuningtyas, Syukrini Bahri, Amir Mahmud

Background: Dehydration that occurs during Ramadan fasting can cause a decrease in glomerular filtration and uric acid excretion so that uric acid levels can increase. Consuming dates when breakfasting in accordance with the Sunnah of the Prophet has the effect of protecting the kidneys (nephroprotective) by improving the function of the proximal tubule so that it can reduce blood uric acid levels and maintain them at normal concentrations.

Method: This study is an experimental study with a non-randomized pretest-posttest control group design, and a non-random sampling method using a purposive sampling method.

Results: The average blood uric acid level was obtained in this 14 days study from 39 respondents consisting of 23 people in treatment group who consumed five Sukarri dates as takjil and postponed heavy meals for 15 minutes and 16 people in control group. The results showed that the average blood uric acid level before and after date consumption as takjil in treatment group was 6.9 mg / dL and 6.9 mg / dL respectively, and in the control group before and after Ramadhan fasting was 6.5 mg / dL and 6.7 mg / dL respectively.

Conclusion: There was no difference between blood uric acid levels before and after consuming dates as takjil during Ramadan fasting in both the treatment and control groups, also there was no greater decrease in uric acid levels in the treatment group than in the control group.

Keywords: Uric acid level, Consumption of dates, Ramadhan fasting