



# Jurnal Kesehatan Marendeng



<http://e-jurnal.stikmar.ac.id/index>

Vol IX, No. II, Month Juli 2025, pp 142-158

p-ISSN:2850-0329 dan e-ISSN: 2809-2813

DOI:<https://doi.org/jkm.v9i2.135>

---

## PENGARUH TERAPI HERBAL PEMBERIAN JUS NANAS TERHADAP PENURUNAN KADAR ASAM URAT : *REVIEW LITERATUR*

Evidamayanti<sup>1</sup>, Irna Megawaty<sup>2</sup>, Aco Mursid<sup>3</sup>, Muhammad Amin R<sup>4</sup>

<sup>1-4</sup> Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sulawesi Barat

Email: [evidamayanti@unsulbar.ac.id](mailto:evidamayanti@unsulbar.ac.id)

---

### Artikel info

#### Artikel history:

Received; 20-5-2025

Revised; 22-5-2025

Accepted; 19-6-2025

#### Kata Kunci:

Terapi herbal;

Buah nanas;

Asam urat ;

#### Keyword:

Herbal therapy;

Pineapple fruit;

Uric acid;

**Abstract.** *Increased uric acid can cause disorders in the human body, this disease is known as gout and is often called gout. According to World Health Organization (WHO) data, the prevalence of gout arthritis in the world has increased from 33.3% in 2018 to 34.2% in 2020. Improper management of gout can be dangerous so that pharmacological therapy or non-pharmacological therapy is needed. Non-pharmacological therapy can be done by using herbal therapy. Pineapple contains many compounds needed to eliminate gout. This study aims to determine the effect of giving pineapple juice on reducing uric acid levels. The method used in this study is a literature review study through the results of searching for articles from Google Scholar consisting of 771 articles and 8 articles were obtained that met the inclusion criteria. The results showed that giving pineapple juice had an effect on reducing uric acid levels with an average decrease in uric acid levels of 0.43-4.75 after consuming pineapple juice. Pineapple contains a lot of fiber, vitamin C, vitamin B, folic acid, thiamine, magnesium, peroxidase enzymes, and bromelain enzymes. The active content of pineapple fruit has a big influence in helping the process of protein digestion in the body and reducing the accumulation of purine substances. The conclusion of this study is that there is an effect of giving pineapple juice on reducing uric acid levels. Further research is recommended to determine the side effects and other benefits of pineapple juice*

**Abstrak.** Peningkatan asam urat dapat mengakibatkan gangguan pada tubuh manusia, penyakit ini dikenal dengan penyakit asam urat dan sering disebut penyakit *gout*. Menurut Data *World Health Organization (WHO)* prevalensi *gout arthritis* di dunia mengalami kenaikan yaitu 33,3% pada tahun 2018 menjadi 34,2% tahun 2020. Penatalaksanaan asam urat yang tidak tepat dapat membahayakan sehingga diperlukan terapi farmakologi atau terapi non farmakologi. Terapi secara nonfarmakologis dapat dilakukan dengan penggunaan terapi herbal. Buah nanas mengandung banyak senyawa yang dibutuhkan dalam menumpas asam urat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian jus nanas terhadap penurunan kadar asam urat. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi literatur review melalui hasil pencarian artikel dari *Google Scholar* terdiri dari 771 artikel dan didapatkan 8 artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian jus nanas berpengaruh terhadap penurunan kadar asam urat dengan rata-rata penurunan kadar asam urat 0,43-4,75 setelah mengkonsumsi jus nanas. Buah Nanas banyak mengandung serat, vitamin C, vitamin B, asam folat, tiamin, magnesium, enzim peroksidase, dan enzim bromelin. Kandungan aktif buah nanas tersebut memiliki pengaruh besar dalam membantu proses pencernaan protein dalam tubuh dan mengurangi

---

penumpukan zat purin. Kesimpulan dari penelitian ini ada pengaruh pemberian jus nanas terhadap penurunan kadar asam urat. Disarankan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui efek samping dan manfaat lain dari jus nanas.

---



**Corresponden author:**

Email: [evidamayanti@unsulbar.ac.id](mailto:evidamayanti@unsulbar.ac.id)

artikel dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY -4.0

---

## PENDAHULUAN

Penyakit asam urat atau gout adalah salah satu jenis radang sendi yang terjadi karena adanya penumpukan kristal asam urat. Kondisi ini dapat terjadi pada sendi mana pun, seperti di jari kaki, pergelangan kaki, lutut, dan paling sering di jempol kaki (Kemenkes, 2022). Asam urat merupakan hasil metabolisme akhir dari purin yaitu salah satu komponen asam nukleat yang terdapat dalam inti sel tubuh. Peningkatan 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 penderitanya, penyakit ini dikenal dengan penyakit asam urat dan sering disebut penyakit gout (Anggraini & Ayudytha, 2019).

Menurut Data *World Health Organization (WHO)* prevalensi gout arthritis di dunia mengalami kenaikan yaitu 33,3% pada tahun 2018 menjadi 34,2% tahun 2020. Pada penelitian "*The Global Burden Of Disease (GBD)*" pada tahun 2017 membuktikan bahwa dampak dari penyakit sendi ini yaitu 16% bisa mengalami kecacatan dan nyeri. Sementara menurut Riskesdas tahun 2020 prevalensi penyakit gout di Indonesia semakin meningkat dan bervariasi pada usia dan diagnosis. Berdasarkan diagnose tenaga kesehatan di Indonesia 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala 24,7% sedangkan berdasarkan karakteristik usia, walaupun sering dikenal sebagai penyakit degenerative, penyakit sendi telah terjadi pada masyarakat direntang usia 15-24 tahun ( dengan prevalensi 1,2%), angka prevalensi terus meningkat pada rentang usia 24-35 tahun (3,1%), rentang usia 35-44 tahun (6,3%), usia 45-54 tahun (11,1%), usia 68-64 tahun (15,5%), usia 65-74 tahun (18,6%) dan terbanyak yaitu usia > 75 tahun yaitu sebanyak 18,9%.

Dampak yang disebabkan oleh adanya peningkatan asam urat dalam darah dapat digolongkan ke dalam jenis penyakit yang berbahaya. Penyakit ini mengakibatkan kristal menumpuk pada persendian, pembuluh darah kapiler, kristal akan bergesekan dan menimbulkan rasa nyeri yang hebat sehingga dapat mengganggu kenyamanan bagi penderitanya. Selain menyerang persendian, penyakit ini dapat menimbulkan kerusakan pada organ-organ tubuh penting lainnya. Bahkan penyakit ini memiliki kaitan dengan penyakit yang lain, seperti penyakit jantung oleh karena terjadinya penimbunan asam urat yang berlebih akan merusak endotel, yakni lapisan pembuluh darah coroner bagian dalam dan rusaknya endotel dapat menyebabkan penyakit jantung coroner (Annita et al., 2022).

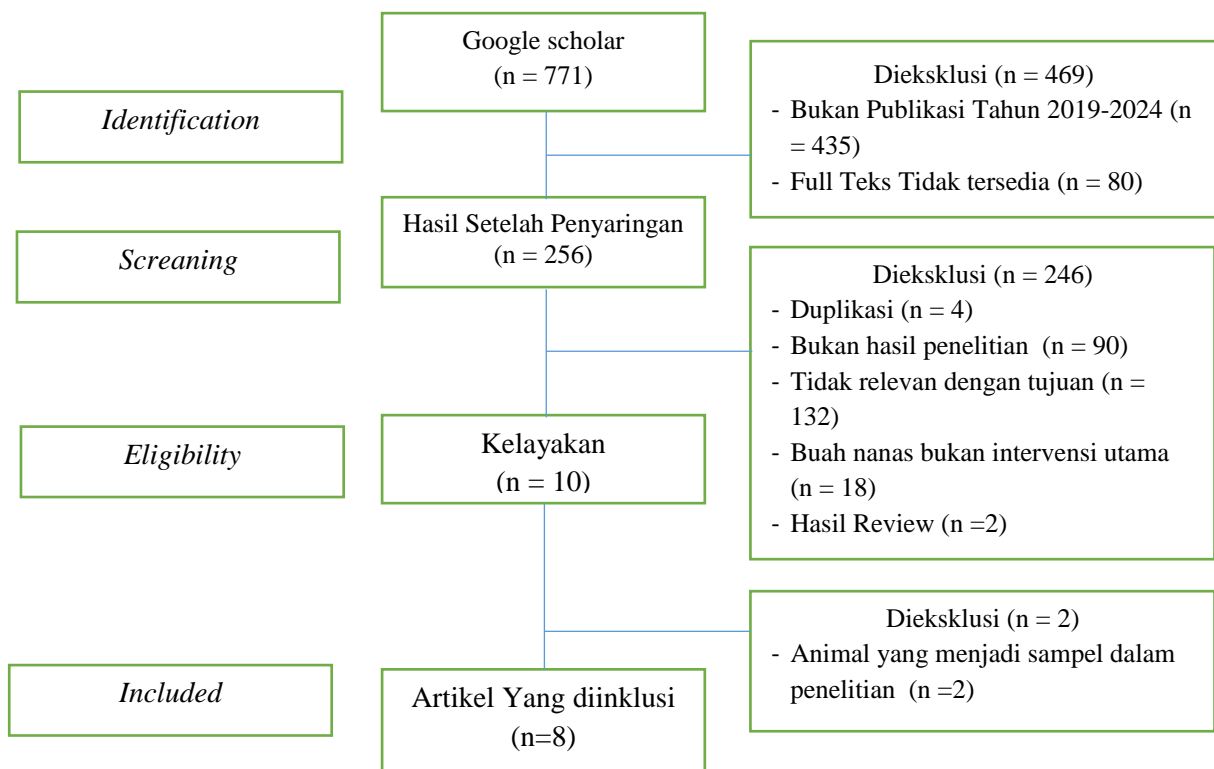
Penatalaksanaan asam urat yang tidak tepat dapat membahayakan sehingga diperlukan terapi farmakologi atau terapi non farmakologi (Patyawargana & Falah, 2021). Terapi secara nonfarmakologis dapat dilakukan dengan penggunaan terapi herbal yaitu upaya untuk menurunkan kadar asam urat dalam

darah dengan memanfaatkan tanaman yang bermanfaat dan mudah didapat seperti nanas (Sari et al., 2017). Buah nanas mengandung banyak senyawa yang dibutuhkan dalam menumpas asam urat (Tanelaph et al., 2020). Buah nanas merupakan salah satu buah yang dapat mengatasi kadar asam urat yang tinggi, baik dikonsumsi dengan cara dimakan langsung maupun diminum sebagai jus yang nutrisinya akan lebih baik diserap dalam tubuh. Kandungan yang ada dalam jus buah nanas dipercaya bisa menurunkan kadar asam urat yang berlebih pada tubuh dan terdapat enzim bromelin yang bermanfaat untuk pencegahan serta penyembuhan rasa nyeri dan dapat mengurangi pembengkakan (Barokah & Ramadhan, 2023).

Berdasarkan latarbelakang tersebut, peneliti tertarik untuk melanjutkan dengan mengidentifikasi studi-studi terkait melalui penelitian literatur review, yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian jus nanas terhadap penurunan kadar asam urat

## METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *studi literatur review*. Sumber yang digunakan diperoleh melalui pencarian sumber di mesin pencarian google scholar dengan kata kunci *terapi herbal, buah nanas dan asam urat* dengan hasil 771 artikel.



Gambar 1. Proses Pencarian Artikel

Artikel yang dicari adalah artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi yaitu penelitian yang dilakukan **di Indonesia**, yang dipublikasikan dari tahun **2019-2024**, artikel *fulltext*, termasuk dalam penelitian Eksperimen, menggunakan buah nanas sebagai intervensi utama untuk mengatasi asam urat pada responden. Setelah itu dilakukan Screening apakah ada artikel yang duplikat atau tidak. Artikel diperiksa secara sistematis dengan menggunakan diagram air (*flowcart*) dengan format PRISMA.

Berdasarkan hasil pencarian didapatkan sebanyak 8 artikel yang dianggap sesuai dengan tujuan penelitian dan kriteria inklusi kemudian dilakukan ekstraksi data. Ekstraksi data dilakukan dengan menganalisa data berdasarkan nama penulis, judul penelitian, metode penelitian, tujuan penelitian dan hasil dari penelitian (Tabel 1)

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **HASIL**

Ditemukan dari delapan artikel yang ditelusuri menyatakan bahwa setelah pemberian jus nanas kadar asam urat mengalami penurunan yang menandakan bahwa pemberian jus nanas berpengaruh terhadap penurunan kadar asam urat.

### **PEMBAHASAN**

Asam urat merupakan hasil metabolisme akhir dari purin yaitu salah satu komponen asam nukleat yang terdapat dalam inti sel tubuh (Soputra & Sinulingga, 2018). Peningkatan kadar asam urat dapat mengakibatkan terjadinya gangguan pada tubuh manusia seperti perasaan linu di daerah persendian serta timbulnya rasa nyeri teramat sangat pada penderitanya. Asam urat bisa menjadi hal yang menakutkan apabila mengalami komplikasi radang sendi yang bisa berakibat pada kecatatan pada sendi (Risa et al., 2019).

Tanaman nanas memiliki batang yang berukuran 20 – 30 cm atau lebih dengan diameter bawah kisaran 2-3,5 cm dan bagian tengah kurang lebih 5,5-6,5 cm. Pada bagian daun nanas memiliki lebar daun 6 cm dan panjang mencapai 90 cm, berbentuk Panjang dan agak sempit, ujung daun memanjang, runcing, dengan permukaan atas berwarna hijau tua, merah tua, bergaris atau cokelat kemerahan, tetapi hal ini tergantung dari varietasnya. Nanas memiliki akar serabut, dangkal, dan tersebar luas. Pada bagian bunga, nanas akan terletak tegak lurus pada tangkai buah, kemudian berkembang menjadi buah. Buah nanas termasuk buah majemuk yang terbentuk dari gabungan 100-200 bunga. Pada bagian tunas, nanas memiliki tiga macam tunas yakni tangkai buah, tunas yang muncul dari ketiak daun batang, dan tunas yang muncul karena anakan. Tunas-tunas inilah yang nantinya dijadikan sebagai perbanyak vegetatif tanaman nanas. Adapun biji nanas memiliki ukuran dengan panjang sekitar 2-4 mm dan lebar 1-2 mm. Kulitnya berwarna cokelat, liat, kasar, dan keras. Bentuk buah nanas seperti buah gada besar, panjang, atau bulat telur. Daging buahnya ada yang berwarna putih dan kuning. Jika sudah masak rasanya manis. Setiap 100gram buah nanas mengandung 68 kkal. Buah ini mengandung Potassium. Potassium merupakan mineral yang digunakan untuk pencegahan dan pengobatan asam urat (Aminah, 2013).

Dari artikel diperoleh usia responden dalam penelitian yaitu usia 19-74 tahun, hal tersebut menunjukkan bahwa kejadian asam urat dapat menyerang usia remaja sampai pada usia lansia. Pada usia remaja, faktor asupan purin, vitamin C dan aktivitas berpengaruh terhadap peningkatan kadar asam (Pursriningsih, 2015). Kadar asam urat cenderung meningkat seiring dengan pertambahan usia. Pada proses penuaan akan mengakibatkan terjadinya gangguan pembentukan enzim urikase. Dalam tubuh manusia terdapat enzim asam urat oksidase atau urikase yang akan mengoksidasi asam urat menjadi allantoin. Defisiensi urikase pada manusia akan mengakibatkan tingginya kadar asam urat dalam serum.

Pada proses penuaan akan mengakibatkan terjadinya gangguan pembentukan enzim urikase (Anisa Nur Nanik, 2020).

Dari artikel diperoleh penanganan asam urat dengan pengobatan herbal atau alami yaitu dengan konsumsi buah nanas. Dari semua artikel yang ditelusuri menyatakan bahwa setelah pemberian jus nanas kadar asam urat mengalami penurunan yang menandakan bahwa pemberian jus nanas berpengaruh terhadap penurunan kadar asam urat. lama pemberian jus nanas selama 3-14 hari sebanyak 200 ml setiap hari dan dengan rata-rata penurunan kadar asam urat 0,43-4,75 setelah mengkonsumsi jus nanas, masing-masing diantaranya yaitu pada Hasil penelitian didapatkan adanya perbedaan rata-rata sebelum diberikan perlakuan sebesar 8.631 mg/dl dan sesudah diberikan perlakuan sebesar 7.181 mg/dl (Annita et al., 2019), Hasil penelitian didapatkan hasil sebelum diberikan intervensi pemberian jus nenas dengan nilai mean 9,27 mg/dl, sedangkan setelah intervensi dengan nilai mean 6 mg/dl (Zuriati & Suriya, 2020b), nilai kadar asam urat rata rata sebelum sebelum pemberian jus nanas 5,6 mg/dl dan rata rata sesudah 5,3 mg/dl (Ikhwani et al., 2021), kadar asam urat pada kelompok eksperimen pada kelompok sebelumnya diberi jus buah nanas nilai rata-rata 10,1 mg/dl dan nilai asam urat setelah diberi jus buah nanas nilai rata-rata menjadi 5,36 mg/dl (Pratiwi & Chaniago, 2023), hasil penelitian ini diperoleh bahwa rata rata sebelum diberikan intervensi jus nanas adalah 8,244 mg/dl, setelah dilakukan intervensi jus nanas adalah 6,628 mg/dl (Barokah & Ramadhan, 2023).

Nanas dipercaya dapat menurunkan kadar asam urat karena banyak mengandung serat, vitamin C, vitamin B, asam folat, tiamin, magnesium, enzim peroksidase, dan enzim bromelin. Kandungan aktif buah nanas tersebut memiliki pengaruh besar dalam membantu proses pencernaan protein dalam tubuh dan mengurangi penumpukan zat purin. Hal ini sangat membantu untuk penderita artritis gout (Rusita, 2016).

Vitamin C adalah salah satu jenis vitamin yang larut dalam air dan memiliki peranan penting dalam menangkal berbagai penyakit. Vitamin ini juga dikenal dengan nama kimia dari bentuk utamanya yaitu *asam askorbat*. Vitamin C termasuk golongan anti oksidan, penangkal radikal bebas, dan dapat meningkatkan daya tahan tubuh (Lely., 2013). Vitamin C memiliki manfaat yang baik untuk asam urat yaitu menurunkan resiko asam urat. Vitamin C sangat baik untuk asam urat karena vitamin C dapat membantu meningkatkan ekskresi (pembuangan) asam urat melalui urin dan menjaga purin agar tidak diproduksi menjadi asam urat. Dengan kemampuan ini, kadar asam urat dalam tubuh dapat berkurang (Annita et al., 2022; Noviyanti, 2015; Sutanto, 2013) . Vitamin C mempunyai sifat urikosurik yang dapat mengurangi jumlah kristal asam urat. Urikosurik dapat menghambat penyerapan asam urat oleh ginjal, kemudian meningkatkan pembersihan fraksional asam urat ginjal sehingga dapat meningkatkan laju pada kerja ginjal dalam mengekresikan asam urat melalui urin (Fitriana, 2015; Mahendra & Arum, 2021)

Vitamin B6 dalam buah nanas yang berfungsi untuk membantu distribusi air ke seluruh tubuh. Kecukupan vitamin B6 sangat penting untuk memasok cairan (menghidrasi) ke dalam jaringan secara maksimal. Cara ini bermanfaat untuk mencegah pengendapan Kristal asam urat pada tubuh (Lingga, 2012; Noviyanti, 2015).

Selain vitamin, nanas juga mengandung enzim proteolitik yang khusus yaitu bromelin enzim. Buah nanas merupakan salah satu buah yang paling banyak mengandung enzim bromelin. Kandungan enzim bromelin tertinggi terdapat pada bagian daging buah masak, yaitu 0,080- 0,125% dan kandungan enzim bromelin yang terdapat pada kulit nenas, yaitu 0,050-0,075%. Dengan adanya kandungan bromelin yang terdapat pada buah nenas terbukti efektif bekerja sebagai anti inflamasi dan analgetik bagi penderita hiperurisemia (Zuriati & Suriya, 2020a). Enzim bromelin bermanfaat untuk penyembuhan dan pencegahan serangan nyeri pada sendi serta mampu mengurangi pembengkakan urat (Annita et al., 2022; Rasyad et al., 2019). Sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif pengobatan untuk mengatasi asan urat yang tinggi. Dengan kandungan bromelin sebagai anti yang terdapat pada buah nanas juga dapat mengurangi rasa sakit dan pembengkakan karena luka atau operasi, serta mengurangi radang sendi dan menyembuhkan luka bakar (Juariah & Wati, 2021)

Buah nanas mengandung flavonoid sebagai antioksidan sehingga dapat menghambat kerja enzim *xanthin oksidase* yang dapat menyebabkan metabolisme purin yang membentuk asam urat tidak terjadi (Rasyad et al., 2019). Flavonoid juga memiliki aktivitas antiradikal bebas *Reactive Oxygen Species (ROS)*, yaitu dengan cara penghambatan kerja enzim/ kerusakan sel yang terdapat dalam produksi radikal bebas, sehingga flavonoid mampu menurunkan kadar asam urat dengan cara mencegah pembentukan radikal bebas (Sonia et al., 2020). Fungsi flavonoid juga sebagai diuretic untuk membantu pengeluaran asam urat dalam darah melalui urine, dengan terhambatnya kerja enzim xanthin oksidase maka pembentukan asam urat juga akan terlambat sehingga hasilnya tidak terjadi peningkatan kadar asam urat (Mahendra & Arum, 2021).

Selain itu dari hasil penelusuran artikel ditemukan 3 artikel yang menunjukkan dari hasil penelitian terdapat beberapa responden yang kadar asam uratnya masih dalam batas tidak normal setelah diberikan jus nanas. Hal tersebut terjadi oleh karena responden tidak mengikiti intervensi dengan baik dan selama dilakukan intervensi responden memperlihatkan kebiasaan dan gaya hidup yang tidak sehat. seperti mengkonsumsi makanan yang tinggi purin, serta kurangnya minum air putih, dimana air putih berfungsi mengeluarkan asam urat dalam darah. Menurut Djoko (2019) Peningkatan asam urat pada individu dengan pola hidup kurang sehat dapat didefinisikan sebagai kondisi di mana kadar asam urat dalam darah (serum) melebihi batas normal akibat kebiasaan dan pola hidup yang tidak sehat. Selain itu adanya kebiasaan mengkonsumsi alkohol yang dapat memicu peningkatan asam urat pada responden oleh karena ketika memiliki kebiasaan mengkonsumsi alkohol tubuh dapat memprioritaskan untuk menghilangkan alkohol dibandingkan menghilangkan asam urat. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ana, 2014) bahwa satu hingga dua gelas alkohol per hari dapat meningkatkan risiko sebesar 36% dan meningkatkan resiko peningkatan asam urat 51% Ketika mengkosumsi alcohol dua hingga empat gelas per hari. Meskipun demikian dari semua artikel yang ditelusuri menyimpulkan bahwa dengan pemberian jus nanas secara signifikan berpengaruh terhadap penurunan kadar asam urat

## **SIMPULAN**

Dari semua artikel yang ditelusuri menyatakan bahwa ada pengaruh pemberian jus nanas terhadap penurunan kadar asam urat. Adanya penurunan yang bermakna antara kadar asam urat setelah pemberian jus nanas, hal ini disebabkan oleh karena Nanas banyak mengandung serat, vitamin C, vitamin B, asam folat, tiamin, magnesium, enzim peroksidase, dan enzim bromelin. Kandungan aktif buah nanas tersebut memiliki pengaruh besar dalam membantu proses pencernaan protein dalam tubuh dan mengurangi penumpukan zat purin.

## **SARAN**

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran tentang pentingnya pemanfaatan terapi herbal terhadap kadar asam urat. Pemanfaatan jus nanas sebagai terapi herbal perlu pendampingan oleh tenaga kesehatan dan juga diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui efek samping dan manfaat lain dari jus nanas.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penyelesaian Laporan penelitian ini tidak terlepas dari bantuan dan kerjasama dari banyak pihak, oleh karena itu penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada Bapak dan Ibu dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sulawesi Barat yang sangat berjasa membantu penulis dalam penyelesaian laporan penelitian ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Aminah, M. S. (2013). *Khasiat Sakti Tanaman Obat Untuk Asam Urat*. Dunia Sehat. <https://kubuku.id/detail/khasiat-sakti-tanaman-obat-untuk-asam-urat/15966>.
- Ana B Montol dan Agnes Rotinsulu (2014) 'Konsumsi Minuman Beralkohol dan Kadar Asam Urat pada Pria Dewasa di Kelurahan Koya Kecamatan Tondano Selatan Kabupaten Minahasa', *Gizido*,6 (1), pp. 6-7
- Anggraini, S. N., & Ayudytha, A. U. (2019). Efektifitas Kompres Ekstrak Jahe terhadap Nyeri Sendi Pada Pasien Gout Arthritis di Panti Sosial Tresna Werda Pekanbaru Riau. *Photon: Jurnal Sain Dan Kesehatan*, 10(1), 42–48. <https://doi.org/10.37859/jp.v10i1.1476>
- Anisa Nur Nanik. (2020). Penerapan Latihan Isometrik Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis di Keluarga. *Jurnal Kesehatan*, Volume 2, 74–84.
- Annita, Honesty Diana Morika, & Sari, I. K. (2019). Pengaruh Konsumsi Jus Nanas Terhadap Kadar Asam Urat Pada Penderita Arthritis Gout. *Jurnal Kesehatan Sainika Meditory*, 2(4657), 78–84.
- Annita, Honesty Diana Morika, & Sari, I. K. (2022). Pengaruh Konsumsi Jus Nanas Terhadap Kadar Asam Urat Pada Penderita Arthritis Gout. *Jurnal Kesehatan Sainika Meditory*, 4(4657), 78–84.
- Barokah, F. A., & Ramadhan, G. E. (2023). Pengaruh Pemberian Jus Nanas Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat pada Lansia di RT 05 RW 06 Kelurahan Rempoa Kecamatan Ciputat Timur Kota Tangerang Selatan. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 121–128. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v2i1.1119>

- Djoko, M., et al. (2019). *Association between lifestyle factors and hyperuricemia in a rural population in Indonesia*. *Journal of the American College of Cardiology*, 74(12), 1280-1287.
- Fitriana, R. (2015). *Cara cepat usir asam urat*. Medika.
- Ikhwani, Supriyatin, & Alam, M. (2021). Pengaruh Konsumsi Jus Nanas Terhadap Kadar Asam Urat Pada Wanita Menopause. *Jurnal Sains Dan Kesehatan (JUSIKA)*, 5(1).
- Indria Putri Utina, Agust A. Laya, & Nurlela Hi. Baco. (2023). Pengaruh Pemberian Buah Nanas Terhadap Kadar Asam Urat di Kelurahan Batulubang Lembeh Selatan. *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan Dan Kebidanan*, 1(4), 124–132. <https://doi.org/10.61132/corona.v1i4.91>
- Juariah, S., & Wati, D. (2021). Efektifitas Ekstrak Bonggol Nanas (*Ananas Comosus L. Merr*) Terhadap *Escherichia coli*. *Meditory: The Journal of Medical Laboratory*, 8(2), 95–100. <https://doi.org/10.33992/m.v8i2.1246>
- Lely., N. (2013). *Jus Sakti Tumpas Penyakit Asam Urat*. Pustaka Makmur.
- Lingga, L. (2012). *Bebas Penyakit Asam Urat Tanpa Obat*. AgroMedia.
- Mahendra, H. I., & Arum, P. (2021). Pengaruh Pemberian Sari Buah Kersen terhadap Kadar Asam Urat pada Penderita Hiperurisemia. *Jurnal Gizi*. <https://doi.org/10.26714/jg.10.1.2021.1-13>
- Mauli, I., Chairzuran, M., & Nurliah, N. (2024). Efektifitas Pemberian Jus Nanas Terhadap Siklus Menstruasi. *Darussalam Indonesian Journal of Nursing and Midwifery*, 6(1), 84–92.
- Noviyanti. (2015). *Hidup sehat tanpa asam urat*. Notebook.
- Patyawargana, P. P., & Falah, M. (2021). Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia: Literature Review. *Healthcare Nursing Journal*, 3(1), 47–51. <https://doi.org/10.35568/healthcare.v3i1.1097>
- Pratiwi, A. R., & Chaniago, L. S. (2023). Pengaruh Pemberian Jus Nanas Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat di Desa Pasar Merah Timur Medan Kota. *Jurnal Ilmiah Kohesi*, 7(4), 264–270.
- Pursriningsih, S. S. (2015). Aktivitas Fisik Terhadap Kadar Asam Urat Pada Remaja Laki-Laki. *Artikel Penelitian*, 1–20.
- Rasyad, A. A., Nurbaya, & Erjon. (2019). Effects of pineapple (*Ananas comocus (L.) Merr*) extract to lower uric acid levels in hyperuricemic in male rats Pengaruh pemberian ekstrak nanas (*Ananas comocus (L.) Merr*) terhadap penurunan kadar asam urat pada tikus jantan hiperurisemia. *Jurnal Ilmiah Farmasi*, 15(2), 64–69.
- Risa, K. M., Listyaningsih, E., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Yakkum, B. (2019). *Strategi Pengendalian Kadar Asam Urat menggunakan Jus Sirsak dan Jus Nanas Pada Lansia*. 002, 37–42.
- Riskesdes. (2020). *Buku pedoman pencegahan dan penanggulangan gout pada dewasa*. Jakarta: Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- Rusita, Y. D. (2016). *Terapi Herbal Buah & Sayuran Untuk 10 Penyakit Berbahaya*. Galmas.
- Sari, Indah, Y. N., & Syamsiyah, N. (2017). *Berdamai dengan asam urat*. Bumi Medika.

- Sonia, R., Yusnelti, Y., & Fitrianiingsih, F. (2020). Efektivitas Ekstrak Etanol Daun Durian (*Durio zibethinus* (Linn.)) sebagai Antihiperurisemia. *Jurnal Kefarmasian Indonesia*, 10(2), 130–139. <https://doi.org/10.22435/jki.v10i2.2148>
- Soputra, E. H., & Sinulingga, S. (2018). Hubungan Obesitas dengan Kadar Asam Urat Darah pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya ARTIKEL Pendahuluan Asam urat merupakan produk akhir dieksresikan melalui saluran kemih dalam hiperurisemia . Pada pene. *Sjm*, 1(3), 193–200.
- Sutanto, T. (2013). *Asam urat : deteksi, pencegahan, pengobatan*. Buku Pintar.
- Syafrimar, W., & Febriyanto, T. (2024). Gambaran Kadar Asam Urat Pada Mahasiswa Yang Obesitas Sebelum Dan Sesudah Mengonsumsi Jus Nanas Di Jurusan Analis Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu. *Jurnal Fatmawati Laboratory & Medical Science*, 4(1), 27–36. <https://doi.org/10.33088/flms.v4i1.618>
- Tanelaph, P. N., Indriyani, T., & Rifiana, J. A. (2020). Efektivitas Jus Sirsak Dan Jus Nanas Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat. *Carolus Journal Of Nursing*, 3(1), 22–32. <http://ejournal.stik-sintcarolus.ac.id/index.php/CJON/article/view/48>
- WHO, 2020. *World Health Statistic*. World Health Organization. Desi Alvionita Vivit Dwi

**Tabel 1. Ekstrasi Data**

N o	Penulis	Tujuan	Metode Penelitian	Sampel	Cara Pemberian	Hasil
1	Annita Honesty Diana Morika  Indah Komala Sari  2019  (Annita et al., 2019)	Untuk mengetahui adanya pengaruh konsumsi jus nanas terhadap kadar asam urat pada penderita artritis.	Penelitian ini yaitu eksperimen design dengan rancangan one group pretest posttest design	Jumlah sample yaitu 16 responden yang dilakukan dengan teknik purposive sampling.  Umur responden 40-52 tahun	Pemberian jus nanas 1 kali sehari selama 14 hari	Hasil penelitian didapatkan adanya perbedaan rata-rata sebelum diberikan perlakuan sebesar 8.631 dan sesudah diberikan perlakuan sebesar 7.181 dengan nilai p= 0,000

						dimana $p \leq 0,05$ .
2	Zuriati Zuriati  Melti Suriya  (2020)  (Zuriati & Suriya, 2020b)	Untuk mengetahui efektivitas pemberian jus nenas untuk menurunkan kadar asam urat.	Penelitian menggunakan desain penelitian pra-eksperiment pendekatan <i>One Group Pretest-Posttest design</i>	Jumlah sampel 15 orang dengan <i>accidental sampling</i> di Puskesmas Andalas Padang pada Tahun 2019	Pemberian jus nenas sebanyak 200 ml perhari setelah makan yang diberikan selama 7 hari	Hasil penelitian didapatkan hasil sebelum diberikan intervensi pemberian jus nenas dengan nilai mean 9,27 mg/dl, sedangkan setelah intervensi dengan nilai mean 6 mg/dl, Berdasarkan hasil analisis uji sample T Test menunjukkan nilai p value 0,000 yang diartikan terdapatnya efektivitas pemberian jus nenas dalam menurunkan kadar asam urat pada pasien asam urat di Puskesmas Andalas dengan ( <i>pvalue</i> = 0,000).

3	Ikhwani Supriyatin Misika Alam (2021)  (Ikhwani et al., 2021)	Untuk mengetahui kadar asam urat sebelum dan sesudah pemberian jus nanas dan untuk mengetahui perbedaan hasil sebelum dan sesudah pemberian jus nanas pada kadar asam urat wanita menopause.	Metode penelitian pre eksperimen dan metode pemeriksaan kadar asam urat menggunakan metode POCT	Sampel dalam penelitian adalah 22 wanita menopause, dengan teknik pengambilan sampling yaitu menggunakan purposive sampling.  Umur responden 45-55 tahun	Mengkonsumsi jus nanas selama 7 hari	Data dari pemeriksaan kadar asam urat sebelum dan sesudah pemberian jus nanas didapatkan hasil 21 sampel yang mengalami penurunan (95,45%) dan 1 sampel yang mengalami kenaikan (4,45%) dengan nilai kadar asam urat rata rata sebelum 5,6 mg/dL dengan kadar tertinggi 8,4 mg/dL dan kadar terendah 4,7 mg/dL dan rata rata sesudah 5,3 mg/dL dengan kadar tertinggi 8,4 mg/dL dan kadar terendah 3,7 mg/dL. Data penelitian dianalisis menggunakan uji normalitas dan paired sampel T test didapatkan nilai Sig. (2-
---	---	--	---	--	--------------------------------------	--

						tailed) 0.000 < 0.005.
4	Indria Putri Utina  Agust A. Laya  Nurlela Hi. Baco  (2023)  (Indria Putri Utina et al., 2023)	Untuk mengetahui apakah ada pengaruh Pemeberian buah nanas terhadap kadar asam urat di Kelurahan Batulubang Lembeh Selatan	Penelitian ini menggunakan metode Pra-Eksperimental dengan pendekatan One Group Pra-Post Test Design	Sampel dalam penelitian ini adalah 12 orang laki-laki dewasa awal yang terdata mengalami asam urat yang terdata mengalami asam urat di Kelurahan Batulubang lembeh selatan menggunakan acidental sampling  Umur responden 19-40 tahun	Mengkonsumsi jus nanas selama 3 hari	Hasil penelitian menunjukkan kadar asam urat dengan kategori tidak normal sebelum diberikan jus nanas sebanyak 9 orang dan normal 3 orang, sedangkan kadar asam urat dengan kategori tidak normal setelah diberikan jus nanas sebanyak 3 orang dan normal 9 orang. Hasil analisis sebelum dan sesudah dilakukan pemberian buah nanas terhadap kadar asam urat pada penderita asam urat diperoleh hasil nilai p value 0,003 terdapat pengaruh yang signifikan antara

						pemberian buah nanas terhadap penurunan kadar asam urat dikelurahan batulubang lembah selatan
5	Aulia Rahmi Pratiwi,  Lita Septina Chaniago  (2023)  (Pratiwi & Chaniago, 2023)	Untuk mengidentifikasi efek jus nanas terhadap penurunan kadar asam urat.	Penelitian ini menggunakan quasi-eksperimen. Rancangan penelitian yang digunakan adalah <i>design non equivalent control grup</i> yaitu penelitian yang dilakukan dengan pre-test pada kedua kelompok tersebut, dan diikuti intervensi pada kelompok eksperimen	Teknik pemilihan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling dengan sebanyak 32 sampel (kelompok intervensi 16 orang dan kelompok kontrol 16 orang)  Umur responden 30-60 tahun	Mengonsumsi jus nanas selama 7 hari	Hasil pemeriksaan kadar asam urat kelompok kontrol pada kelompok kontrol sebelum diberi nilai dengan nilai rata-rata sebesar 7,78 mg/dl, nilai post-test dengan rata-rata 7,68 mg/dl, kadar asam urat pada kelompok eksperimen pada kelompok sebelumnya diberi jus buah nanas nilai rata-rata 10,1 mg/dl dan nilai asam urat setelah diberi jus buah nanas nilai rata-rata menjadi 5,36

						mg/dl dan terdapat pengaruh pemberian jus nanas terhadap perubahan kadar asam urat di Pasar Kelurahan Merah Kota Medan Timur dengan nilai $p\text{ value} = 0,000$ ( $p < 0,05$ ). Terdapat pengaruh jus nanas terhadap perubahan kadar asam urat di Kelurahan Pasar Merah Timur Medan Kota
6	Fika Ayu Barokah Gaung Eka Ramadhan (2023) (Barokah & Ramadhan, 2023)	Untuk mengetahui pengaruh pemberian jus nanas terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia	penelitian ini menggunakan metode <i>quasy experiment</i> dengan <i>one grup pretest-posttest without control</i> .	Populasi pada penelitian ini adalah 22 orang lansia dengan jumlah sampel adalah 18 orang. Teknik pengambilan sampel adalah <i>purposive sampling</i>	Sebelum dilakukan penelitian responden dan keluarga diberikan Pendidikan kesehatan mengenai asam urat dan dilakukan post test. penelitian dilakukan selama 7 hari, setelah makan	hasil penelitian ini diperoleh bahwa rata-rata sebelum diberikan intervensi jus nanas adalah 8,244 mg/dl, setelah dilakukan intervensi jus nanas adalah 6,628 mg/dl nilai hasil $p\text{ value}$ 0,000 ( $\alpha \leq 0,05$ ) sehingga

						dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian jus nanas terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia
7	Izzatul Mauli, Meutia Chaizuran, Nurliah (2024)  (Mauli et al., 2024)	Untuk mengetahui efektivitas pemberian jus nanas terhadap kadar asam urat pada lansia di Gampong Meunasah Nibong Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen	Penelitian ini menggunakan desain <i>quasi eksperimen</i> dengan rancangan <i>one group pre test post test design</i>	Teknik pengambilan sampel <i>total populasi</i> berjumlah 52 lansia  Umur responden 60-74 tahun	Mengonsumsi jus nanas setiap pagi dan malam sesuai anjuran peneliti dan dosis yang diberikan 200 ml setiap kali minum	Hasil uji univariat diperoleh mayoritas kadar asam urat responden sebelum diberikan jus nanas berada pada kategori tidak normal terdapat 30 orang (57,7%) dan kategori normal 20 orang. Sedangkan mayoritas kadar asam urat responden sesudah diberikan jus nanas berada pada kategori normal dengan frekuensi 39 orang (75%) dan tidak normal 13 orang.

						Hasil analisis bivariat didapatkan nilai $p$ $(0,000) < \alpha$ $(0,05)$ , ha diterima, berarti pemberian jus nanas efektif terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia di Gampong Meunasah Nibong Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen.
8	Windi Syafrimar, Tedy Febriyanto (2024)  (Syafrimar & Febriyanto, 2024)	Untuk mengetahui gambaran kadar asam urat pada mahasiswa yang obesitas sebelum dan sesudah mengonsumsi jus nanas di Jurusan Analisis Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu	Penelitian ini menggunakan jenis metode <i>pra eksperimen</i> dengan <i>design one group pre post test design</i> .	Teknik pengambilan sampel dengan <i>purpovise sampling</i> dengan jumlah sampel sebanyak 33 orang	Pemberian jus nanas dilakukan dalam waktu 1x sehari selama 3 hari dengan 200 ml.	Sebanyak 21 responden mengalami penurunan kadar asam urat setelah mengonsumsi jus nanas dan sebanyak 12 responden mengalami peningkatan kadar asam urat setelah mengonsumsi jus nanas sehingga dapat disimpulkan adalah sebagian besar (63,63%)

						responden mengalami penurunan kadar asam urat dan sebagian kecil (36,36%) responden mengalami peningkatan kadar asam urat sesudah mengonsumsi jus nanas
--	--	--	--	--	--	---