

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KADAR ASAM URAT PADA  
LANSIA DI PEDUKUHAN GUNUNGSARI DESA SAMBIREJO**

**SKRIPSI**

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Keperawatan (S1)



**Oleh:**

**YUNIKA WULANDARI**

**KP. 18.01.325**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (S1) DAN NERS  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA  
YOGYAKARTA**

**2022**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KADAR ASAM URAT PADA  
LANSIA DI PEDUKUHAN GUNUNGSARI DESA SAMBIREJO**

Disusun Oleh :

Yunika Wulandari

KP.18.01.325

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal .....

**Susunan Dewan Penguji**

**Ketua Dewan Penguji**

Dr. Dra. Ning Rintiswati, M. Kes.,




**Penguji I / Pembimbing Utama**

Muryani, S. Kep., Ns., M. Kes



**Penguji II / Pembimbing Pendamping**

Anida, S. Kep., Ns., M. Sc



Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar  
Sarjana Keperawatan

Yogyakarta, .....

**Ketua Program Studi Keperawatan (S1) dan Ners**



Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep.

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yunika Wulandari

NIM : KP.18.01.325

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Judul Penelitian : Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Pedukuhan Gunungsari Desa Sambirejo

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya dalam bentuk skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di STIKES Wira Husada maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan Dosen Pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh atas karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, .....

Yang membuat pernyataan,

Materai Rp. 10.000

.....  
NIM. KP. 18. 01. 325

## KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis panjatkan ke Hadirat Tuhan Yang Mahakuasa yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dengan judul “Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Pedukuhan Gunungsari Desa Sambirejo”.

Penelitian ini disusun untuk memperoleh gelar Sarjana S1 Keperawatan di Program Studi Ilmu Keperawatan dan Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta.

Dalam proses penyelesaian ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak, dengan segala kerendahan hati penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Dra. Ning Rintiswati, M. Kes., selaku ketua STIKES Wira Husada Yogyakarta yang telah memberi izin penelitian.
2. Yuli Ernawati, S. Kep., Ns., M.Kep, selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan (S-1) dan Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta.
3. Muryani, S. Kep., Ns., M.Kes, selaku dosen pembimbing I yang telah banyak memberikan arahan dan bimbingan serta meluangkan waktu untuk berdiskusi hingga skripsi ini dapat terselesaikan
4. Anida, S. Kep., Ns., M. Sc, selaku dosen pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan serta meluangkan waktu untuk berdiskusi hingga skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Kepada Kepala Desa dan Kader Pedukuhan Gunungsari Desa Sambirejo Sleman Yogyakarta yang telah memberikan izin lokasi penelitian.
6. Keluargaku Papah (Almarhum) dan untuk Mama tercinta, adek-adek Yunia Wulandika dan Febi dan seluruh keluarga yang telah memberikan doa serta dukungan dengan tulus baik secara moral maupun material dalam menuntut ilmu, sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan.
7. Seluruh Teman-Teman IKP (S1) yang telah saling memberi motivasi dan membantu terselesainya skripsi.
8. Staf perpustakaan STIKES Wira Husada Yogyakarta yang telah menyediakan buku buku sumber yang dibutuhkan.

Penulis menyadari sepenuhnya masih banyak kekurangan dan kelemahan dalam penulisan ini, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun untuk dijadikan sebagai bahan edukasi.

Yogyakarta, 2022

# HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KADAR ASAM URAT PADA LANSIA DI PEDUKUHAN GUNUNGSARI DESA SAMBIREJO

Yunika Wulandari <sup>1</sup>, Muryani <sup>2</sup>, Anida <sup>3</sup>

## INTISARI

**Latar Belakang:** Asam urat merupakan suatu gejala yang berhubungan dengan tingginya kadar asam urat dalam darah, seseorang akan dikatakan menderita asam urat jika kadar asam urat dalam darahnya diatas 7mg/dl pada laki-laki dan diatas 6 mg/dl pada wanita. Pada penderita asam urat diharapkan untuk menjaga pola makan sesuai anjuran yaitu dengan mengkonsumsi makanan yang kaya akan serat, menghindari makanan yang mengandung zat tinggi purin seperti jeroan, kacang- kacang, makanan berlemak lainnya serta menjaga pola hidup sehat.

**Tujuan Penelitian:** Mengidentifikasi hubungan pola makan dengan kadar asam urat pada lansia dipedukuhan Gunungsari Desa Sambirejo, Sleman Yogyakarta.

**Metode:** Jenis penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang tinggal di Pedukuhan Gunungsari Desa Sambirejo. Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah *Nonprobability Sampling* dengan *Teknik Purposive Sampling*. Sampel 59 orang. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner dan analisa data menggunakan uji *spearman rank*.

**Hasil Penelitian:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan pola makan dengan kadar asam urat pada lansia memperoleh nilai *significancy* ( $p= 0,000 < 0,05$  dengan *Correlation Coefficient* sebesar 0,001 yang artinya ada hubungan antara pola makan dengan kadar asam urat pada lansia Padukuhan Gunungsari Desa Sambirejo serta memiliki hubungan yang cukup dan searah.

**Kesimpulan:** Ada hubungan antara pola makan dengan kadar asam urat pada lansia di Padukuhan Gunungsari Desa Sambirejo. Semakin baik pola makan maka semakin baik pula kadar asam urat.

*Kata kunci: Pola Makan, Asam Urat, Lansia.*

---

<sup>1</sup>Mahasiswa Prodi Ilmu Keperawatan STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>2</sup>Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>3</sup>Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

# RELATIONSHIP OF DIET PATTERN WITH URIC ACID LEVELS IN THE ELDERLY IN THE GUNUNGSARI VILLAGE SAMBIREJO

Yunika Wulandari<sup>1</sup>, Muryani<sup>2</sup>, Anida<sup>3</sup>

## ABSTRACT

**Background:** Gout is a disease associated with high levels of uric acid in the blood, a person will be said to suffer from gout if the uric acid level in the blood is above 7 mg/dl in men and above 6 mg/dl in women. In patients with gout, it is expected to maintain a diet according to the recommendation, namely by consuming foods rich in fiber, avoiding foods that contain high purine substances such as offal, nuts, other fatty foods and maintaining a health lifestyle.

**Research purposes:** Identifying the relationship between diet and uric acid levels in the elderly in Gunungsari Village, Sambirejo Village, Sleman Yogyakarta.

**Method:** This type of research uses quantitative methods with a cross sectional approach. The population in this study is the elderly who live in the Gunungsari Hamlet, Sambirejo Village. The technique used in sampling is Non-probability Sampling with Purposive Sampling Technique. Sample 59 people. Data collection tools using questionnaires and data analysis using the Spearman rank test.

**Research result:** The results showed that the relationship between diet and uric acid levels in the elderly obtained a significant value ( $p = 0.000 < 0.05$  with a Correlation Coefficient of 0.001, which means that there is a relationship between diet and uric acid levels in the elderly in Padukuhan Gunungsari, Sambirejo Village and has a strong relationship sufficient and direct.

**Conclusion:** There is a relationship between diet and uric acid levels in the elderly in Gunungsari Village, Sambirejo Village. The better the diet, the better the uric acid levels.

*Keywords: Diet, Gout, Elderly.*

---

<sup>1</sup>Student of Nursing Science Study Program STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>2</sup>Lecturer of STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>3</sup>Lecturer of STIKES Wira Husada Yogyakarta

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENYATAAN KEASLIAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>INTISARI.....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A.Latar Belakang.....	1
B.Rumusan Masalah .....	4
C.Tujuan Penelitian .....	4
D.Manfaat Penelitian .....	4
E.Ruang Lingkup Penelitian.....	5
F.Keaslian Penelitian.....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>7</b>
A.LANDASAN TEORI .....	7
1. Definisi Asam Urat.....	8
2. Pola Makan.....	19
3. Komplikasi.....	21
4. Manifestasi Klinis.....	23
5. Definisi Lanjut Usia.....	25
B.KERANGKA TEORI .....	29
C. KERANGKA KONSEP.....	33
D. HIPOTESIS.....	34



<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>39</b>
A.Jenis dan Rencana Penelitian.....	39
B.Waktu dan tempat penelitian.....	39
C.Populasi dan sampel.....	39
D.Variabel Penelitian.....	40
E.Definisi Operasional.....	41
F.Alat Penelitian .....	41
G.Uji kesahihan dan keandalan .....	43
H.Analisis data.....	46
I.Jalannya Pelaksanaan Penelitian. ....	48
K.Etika Penelitian .....	50
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>52</b>
A.Deskripsi Tempat Penelitian.....	52
B.Hasil Penelitian .....	42
C.Pembahasan .....	58
D.Keterbatasan Penelitian .....	64
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>65</b>
A.Kesimpulan.....	65
B.Saran .....	65
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>67</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>74</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Defenisi Operasional .....	54
Tabel 2. Kisi-Kisi <i>Instrument</i> Penelitian .....	57
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Data Demografi Responden .....	66
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Pola Makan.....	67
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kadar Asam Urat .....	68
Tabel 6. Distribusi Pola Makan Dan Kadar Asam Urat.....	68

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.Kerangka Teori .....	46
Gambar 2.Kerangka Konsep.....	48

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Rencana Jadwal Penelitian .....	80
Lampiran 2. Permohonan Menjadi Responden.....	89
Lampiran 3. Persetujuan Menjadi Responden .....	90
Lampiran 4. Persetujuan Menjadi Asisten .....	91
Lampiran 5. Kuesioner Penelitian .....	92
Lampiran 6. Ethical Clearance .....	85
Lampiran 7. SOP.....	82
Lampiran 8. Protokol Penelitian .....	84
Lampiran 9. Hasil Olah Data .....	95
Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian.....	98

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Lanjut usia merupakan suatu hal yang pasti akan dialami oleh setiap individu. Lansia merupakan bagian dari sebuah proses atau tahap yang dialami oleh seseorang mulai dari bayi sampai dengan menjadi tua, yang secara alami setiap individu akan mengalaminya (Retraningsi, 2014). Seseorang yang sudah lanjut usia sangat rentan terkena serangan penyakit. Adapun masalah kesehatan yang sering diderita oleh lansia salah satunya yaitu asam urat, adapun penyebab mengapa lansia rentan terkena asam urat yaitu disebabkan oleh faktor usia yang semakin menurun, pengaruh obat-obatan, makanan dan minuman, kelebihan berat badan, dan riwayat dari keluarga. Asam urat adalah suatu gejala yang berhubungan dengan tingginya kadar asam urat dalam darah, seseorang akan dikatakan menderita asam urat jika kadar asam urat dalam darahnya di atas 7 mg/dl pada laki-laki dan di atas 6mg/dl pada wanita (Padila, 2014).

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingginya kadar asam urat adalah makanan yang dikonsumsi, umumnya makanan yang tidak seimbang seperti asupan protein yang mengandung tinggi purin (Utami, 2009). Asam urat merupakan hasil pengolahan atau metabolisme zat-zat didalam tubuh, yang kadarnya tidak boleh berlebihan. Setiap orang memiliki asam urat dalam tubuh, karena adanya proses pengolahan suatu zat yaitu zat purin. Zat purin adalah bentuk turunan nukleotida yaitu protein, yaitu salah satu komponen asam nukleat dalam tubuh manusia dan dijumpai pada semua makanan dari sel hidup, yakni dari makanan dari tumbuhan seperti sayur-sayuran, buah-buahan, kacang-kacangan dan lainnya. Sedangkan hewan seperti daging, jeroan, ikan sarden dan lainnya. Purin ini diolah oleh tubuh dan hasilnya berupa asam urat (Umar, 2012).

Penanganan pada tingginya kadar asam urat dibagi menjadi 2 yaitu secara farmakologi dan nonfarmakologi. Untuk farmakologi menggunakan obat seperti: NSAIDs, colchicine, corticosteroid, probenecid, allopurinol dan

urocisoric (Helmi, 2012), sedangkan nonfarmakologi dengan membatasi asupan purin atau rendah purin, asupan energi sesuai kebutuhan, mengonsumsi lebih banyak karbohidrat, mengurangi mengonsumsi lemak, mengonsumsi banyak cairan, tidak mengonsumsi minuman beralkohol, mengonsumsi cukup vitamin dan mineral, mengonsumsi buah dan sayuran, dan olahraga ringan secara teratur (Ardhilla, 2013).

Prevelensi tingginya kadar asam urat sampai saat ini masih menjadi permasalahan yang serius di dunia WHO (2018), mengalami kenaikan dengan jumlah 1.370 (33,3%). Prevelensi asam urat juga meningkat dikalangan lansia di Inggris sebesar 3,2 % dan Amerika Serikat sebesar 3,9 %, sedangkan di Korea prevelensi asam urat meningkat dari 3,49% per 1000 orang pada tahun 2017 menjadi 7,58% per 1000 pada tahun 2018. Hasil riset kesehatan Indonesia (Riskesdas, 2018) menyatakan bahwa penyebaran tertinggi terdapat di Sulawesi Utara (11,9 %) dan Yogyakarta (10,4 %). Hasil riset kesehatan (Riskesdas, 2018) menyatakan di Yogyakarta merupakan salah satu penyakit yang mengalami kenaikan cukup tinggi dalam 5 tahun terakhir terkait dengan gangguan asam urat.

Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta berada di urutan pertama dengan jumlah lansia asam urat terbanyak di Indonesia pada tahun 2019, yaitu sebanyak 1,327,704 jiwa. Kabupaten Sleman menempati peringkat pertama sebanyak 373,804 jiwa diikuti Kabupaten Bantul sebanyak 334,804 jiwa, Kabupaten Gunung Kidul sebanyak 319,156 jiwa, Kabupaten Kulonprogo sebanyak 170.917 jiwa dan Kota Yogyakarta sebanyak 129.100 jiwa (BPS, 2019).

Asam urat adalah gejala yang menyerang persendian. Asam urat umumnya menyerang sendi jari tangan, tumit, jari kaki, siku, lutut, dan pergelangan tangan. Asam urat juga merupakan gejala dengan gangguan metabolisme dalam tubuh yang mana terjadinya produksi asam urat yang berlebihan sehingga terjadinya penumpukan asam. Peningkatan produksi asam urat dapat menyebabkan peradangan pada sendi dan dapat terjadinya pembengkakan sendi.

Pengetahuan lansia yang buruk terhadap tingginya kadar asam urat yaitu pola makan, pola makan adalah salah satu bentuk terjadinya peningkatan kadar asam

urat. Pengetahuan lansia yang rendah terhadap tingginya kadar asam urat menganggap bahwa penyakit ini biasa dan dibiarkan tanpa adanya suatu pencegahan atau pengobatan. Lansia yang memiliki pengetahuan baik akan memiliki motivasi untuk mencegah dan menyembuhkan asam urat dengan mengatur pola makan sehingga membantu mengurangi kadar asam urat dalam tubuh (Ramandoan, 2016).

Dampak tingginya kadar asam urat sendiri yaitu dapat menyebabkan resiko penyakit jantung, stroke, gagal ginjal, batu saluran kemih dan nyeri pada sendi (Sirait, 2017). Pecegahan yang dapat dilakukan kepada lansia yang mengalami tingginya kadar asam urat yaitu dengan mengubah gaya hidup menjadi lebih baik, mulai dari pola tidur yang cukup, olahraga yang teratur, dan pola makan yang baik serta menghindari makanan yang dapat memicu tingginya kadar asam urat (Sugiyono, 2012).

Kabupaten Sleman memiliki 25 Puskesmas. Kasus asam urat tertinggi pada tahun 2021 terdapat di Puskesmas Prambanan sejumlah 117 kasus. Kasus tertinggi kedua terdapat di Puskesmas Mlati II sejumlah 60 kasus, kemudian disusul oleh Puskesmas Seyegan sejumlah 48 kasus.

Berdasarkan data tersebut, penulis melakukan studi pendahuluan dengan metode wawancara pada tanggal 31 November 2021, yang diberikan kepada 8 responden lansia yang berusia 45-70 Tahun di Pedukuhan Gunungsari Desa Sambirejo dengan hasil yang didapat yaitu 5 lansia masih sering mengkonsumsi makanan yang mengandung purin seperti hati, rempele, tahu, tempe, kacang-kacangan. Sedangkan 3 lansia sisanya mengatakan tidak begitu sering mengkonsumsi makanan yang mengandung zat purin, mereka lebih sering mengkonsumsi makan ikan mujaer, lele, sayur sawi dan brokoli.

Hasil wawancara 8 responden yang diperoleh yaitu diketahui gaya hidup masyarakat yang belum berubah terutama pola makan yang masih mengkonsumsi makanan yang tinggi purin, makanan yang tinggi protein dan nabati seperti daging, jeroan, hati, rempele, tahu, tempe dan kacang-kacangan. Dari fenomena tersebut maka peneliti ingin meneliti tentang “Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Pedukuhan Gunungsari Desa Sambirejo Sleman Yogyakarta”.

## **B. Rumusan Masalah**

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingginya kadar asam urat adalah makanan yang dikonsumsi, umumnya pola makan yang salah atau makanan yang tidak seimbang seperti asupan protein yang mengandung purin terlalu tinggi.

Berdasarkan uraian dari latar belakang maka rumusan masalahnya adalah “Apakah ada hubungan pola makan dengan kadar asam urat pada lansia di Pedukuhan Gunungsari Desa Sambirejo”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Mengidentifikasi Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Pedukuhan Gunungsari Desa Sambirejo, Sleman Yogyakarta.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi Pola Makan Lansia Di Pedukuhan Gunungsari Desa Sambirejo, Sleman Yogyakarta.
- b. Mengidentifikasi Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Pedukuhan Gunungsari Desa Sambirejo, Sleman Yogyakarta.
- c. Menganalisis Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Pedukuhan Gunungsari Desa Sambirejo, Sleman Yogyakarta.

## **B. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan bertujuan agar dapat memberi manfaat :

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan untuk menambah pengetahuan dan pengalaman serta keterampilan lapangan dalam penelitian khususnya hubungan pola makan dengan kadar asam urat pada lansia.



## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi bagi masyarakat mengenai hubungan pola makan dengan kadar asam urat pada lansia.

### b. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan materi bagi petugas kesehatan tentang pola makan dan kadar asam urat pada lansia.

### c. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi tambahan ilmu profesi keperawatan untuk mengatur pola makan agar kadar asam urat tetap normal.

### d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi data awal penelitian berikutnya mengenai hubungan pola makan dengan kadar asam urat pada lansia.

## **E. Ruang Lingkup Penelitian**

Ruang lingkup dari penelitian ini yaitu :

### 1. Materi

Penelitian ini termasuk dalam materi keperawatan keluarga dan keperawatan gerontik.

### 2. Responden

Responden penelitian ini adalah lansia menderita asam urat dengan rentang usia 45-70 tahun.

### 3. Waktu penelitian

Waktu penelitian ini mulai dilaksanakan pada bulan juli hingga agustus 2022

## F. Keaslian Penelitian

No	Peneliti	Judul	Persamaan & perbedaan
1	Zudaini (2019)	Hubungan pola makan dan manifestasi asam urat pada lansia	Persamaan pada variabel yang diteliti yaitu terdapat pada variabel bebas. Sedangkan perbedaan pada populasi, sampel, lokasi penelitian, teknik pengumpulan data, jumlah responden dan uji <i>statistik</i> .
2	Veronika (2019)	Hubungan dengan kebiasaan makan makanan tinggi purin dengan kadar asam urat lansia	Persamaan pada variabel yang diteliti yaitu terdapat pada variabel terikat. Sedangkan perbedaan pada lokasi penelitian, populasi, sampel, teknik pengumpulan data, jumlah responden, dan uji <i>statistik</i> .
3	Mutiara (2019)	Hubungan pola makan dan gaya hidup dengan kadar asam urat lansia	Persamaan pada variabel yang diteliti yaitu terdapat pada variabel bebas dan teknik pendekatan sampel <i>Cross Sectional</i> sedangkan perbedaannya pada lokasi penelitian, waktu, populasi, teknik pengumpulan data, jumlah responden dan uji <i>statistik</i> .

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan pola makan dengan kadar asam urat pada lansia di Pedukuhan Gunungsari Desa Sambirejo Sleman Yogyakarta disimpulkan bahwa :

1. Pola makan lansia di Pedukuhan Gunungsari Desa Sambirejo Sleman Yogyakarta sebagian besar adalah baik.
2. Kadar asam urat lansia di Pedukuhan Gunungsari Desa Sambirejo Sleman Yogyakarta sebagian besar adalah normal.
3. Ada hubungan pola makan dengan kadar asam urat pada lansia di pedukuhan Gunungsari Desa Sambirejo Sleman Yogyakarta.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka peneliti memberikan saran kepada berbagai pihak antara lain :

1. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini, diharapkan responden agar tetap menjaga pola makan yang baik, sehingga kadar asam urat tetap normal, pola makan yang baik contohnya menghindari makanan yang mengandung purin seperti hati, jeroan, daging bebek, kacang-kacangan, dan belinjo.

2. Bagi Tenaga Kesehatan Puskesmas

Hasil penelitian ini, diharapkan bagi petugas kesehatan puskesmas bisa memberikan informasi tentang pentingnya meningkatkan menjaga pola makan pada usia lansia agar kadar asam urat tetap normal.

3. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan tambahan dalam memberikan materi atau informasi tentang cara menjaga pola makan pada usia lansia agar kadar asam urat tetap normal.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan informasi khususnya cara menjaga pola makan pada usia lansia, serta peneliti dapat

mengembangkan penelitian ini mungkin dengan menggunakan sampel yang lebih banyak lagi, cara pengambilan sampel yang mungkin berbeda dengan penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, (2011). Cara mencegah, Mengobati Asam Urat Dan Hipertensi, Jakarta: Rineka Cipta.
- Andry (2010), Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kadar Asam Urat Pada Pekerja Kantor Didesa Karang Turi Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes, *Journal Keperawatan Soedirman*.
- Alfian, (2016), Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengendalian Asam Urat Di Wilayah RW 13 Dusun Mojosari Desa Ngenep Kecamatan Karangploso.
- Almatsier, (2011), Hubungan Pola Makan Dengan Tingkat Pengetahuan Dengan Kadar Asam Urat Dalam Darah Pada Lansia Di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Palembang.
- Asikin, (2016). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktk. Jakarta : Rineka Cipta.
- Anies, (2018). Lanjut Usia Dan Keperawatan Gerontik. Yogyakarta. Nuha Medika.
- Bambang Riyanto, (2010). Dasar-Dasar Pembelanjaan Perusahaan Yogyakarta: BPF.
- Badan Pusat Statistik (BPS) Diakses dari <http://www.Bps.Go.Id/>.Diakes Pada Tanggal 18 November 2021 paada jam 20.20 Wib.
- Damayanti, (2012) Mencegah Dan Mengobati Asam Urat, Araska, Yogyakarta. Hurlock, B Elizabeth (2012). Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta: Erlangga
- Depkes, RI. 2018 Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKEDAS) Indonesia Tahun 2018 Jakarta: Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Lansia.
- Effendy (2013), Frekuensi Makanan, <http://repository.usu.ac.id/bitstream>. Diakses 09 Agustus 2022.
- Fatimah (2010), Pengertian Pola Makan, [http:// repository. usu. ac. id/bitstream](http://repository.usu.ac.id/bitstream). Diakses 10 Agustus 2022.
- Festy, P, (2010), Hubungan Antara Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Darah Pada Wanita Post Menopause Di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas. Dr. Seotomo Surabaya. Journal Keperawatan.
- Fitriana, Rahmatul, (2015), Metode Penelitian Keperawatan Dan Teknik Analisa Data
- Friedman, (2010) Buku Ajar Keperawaatan Keluarga, Riset Teori Dan Praktik. Jakarta: Egc.

- Hurlock, B Elizabeth, (2012), Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta : Erlangga.
- Kozier (2010), Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kadar Asam Urat Darah Pada Pasien Rawat Jalan Usia Dewasa Di Puskesmas Tomposo Kabupaten Minahasa. Jurnal.
- Masturoh Dan Anggita, N. (2018), Metodologi Penelitian Kesehatan Asam Urat Yogyakarta.
- Mujahidullah. (2012), Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kadar Asam Urat Pada Laki-Laki Dewasa Di RT 04 rw 03 Sidomulyo Baru Surabaya.
- Notodmodjo (2020), Metodologi Penelitian Kesehatan Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoadmodjo(2010), Metode Penelitian Ilmu Dan Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Asam Urat.
- Nursalam, (2015), Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan, Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam, (2017), Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis.
- Padilla, (2014), Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: Nuha Medika Potter, P.A, & Perry, A.G. (2012). Buku Ajar Fundamental: Konsep Proses Dan Praktik. Jakarta: EGC.
- Pursriningsih, (2015), Buku Ajar Keperawatan Gerontik.
- Purwanto, (2017), Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Tentang Diet Rendah Purin Terhadap Kepatuhan Lansia Penderita Asam Urat.
- Retnaningsih & Panunggal, (2015), Buku Referensi Keperawatan Gerontik Bogor:
- Ramadoan, (2016), Patofisiologi Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit, Egc. Jakarta.
- Rikes Kesehatan Dasar, (2018), Rikes Kesehatan Dasar Tentang Penyakit Sendi Asam Urat.
- Sari & Syamsiyah, (2017), Berdamai Dengan Asam Urat. Jakarta Bumi Medika. Setyaki
- Ananda Arya (2020), Hubungan Pola Makan Dengan Terjadinya Penyakit Asam Urat Pada Lansia Di Puskesmas Kaibon Kabupaten Mediun.
- Sharif, (2012), Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Lansia. Yogyakarta: Nuha Medika
- Sri Wahyuni, (2012), Pengaruh Pemberian Pendidikan Kesehatan Dan Konsumsi Air Rebusan Daun Salam Terhadap Pengendalian Asam Urat.

- Sugiyono, (2011), Cara Cepat Usir Asam Urat. Yogyakarta. Medika.
- Sugiyono, (2013), Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D. Bandung: Vc Alfabeta.
- Suiroka, (2012), Mengenal Dan Pencegah Penyakit Asam Urat : Yogyakarta : Nuha Medika.
- Utami P, (2010) Solusi Sehat Asam Urat Dan Rematik, Agromedia Pustaka, Jakarta.
- Yenrinna, (2014), Buku Sakti Pencegahan & Penangkal Asam Urat. Yogyakarta : Mantra Books.
- Wahyu Setyo Utomo, (2018), Pengaruh Pemberian Pendidikan Kesehatan Asam Urat Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Penderita Asam Urat.
- Who, (2018), Populasi Lansia.
- Who (2015) A. Global Brief On Urid Acid Geneva.
- Zahroh, (2018), Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita Penyakit Asam Urat. Available From <http://jnk.Phb.Ac.Id/Index.Php/Jnk/Article/View/328>. Diakses Pada Tanggal 2 Oktober 2021.