

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KADAR ASAM URAT PADA
LANSIA DI DUSUN GANGGONG KELURAHAN BANGUNKERTO
KECAMATAN TURI KABUPATEN SLEMAN**

SKRIPSI

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



Oleh

Esra Kelly Agustin

KP 2201549

**PRODI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA
YOGYAKARTA
2026**



LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KADAR ASAM URAT PADA
LANSAI DI DUSUN GANGGONG KELURAHAN BANGUNKERTO
KABUPATEN SLEMAN

Disusun Oleh

Esra Kelly Agustin

KP 2201549

Telah dipertahankan di depan penguji pada tanggal 22 Mei 2026

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji

Prastiwi Putri Basuki, SKM., M. Si

.....

Penguji I/ Pembimbing Utama

Dr. Sri Herwiyanti

.....

Penguji II/ Pembimbing Pendamping

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

.....

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

Yogyakarta, 2 Juli 2026

Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana

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





PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :Esra Kelly Agustin

NIM :KP 2201549

Program :S1 Ilmu Keperawatan

Judul Penelitian :Hubungan Pola Makan dengan Kadar Asam Urat pada Lansia
di Dusun Ganggong Kelurahan Bangunkerto Kabupaten Sleman

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Teks skripsi yang saya buat ini adalah hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar akademik, baik di STIKES Wira Husada maupun di institusi pendidikan lainnya.
2. Karya tulis ini sepenuhnya merupakan ide, konsep, dan riset yang saya lakukan sendiri, tanpa dukungan dari orang lain, kecuali bimbingan dari dosen pembimbing.
3. Dalam tulisan ini, tidak ada karya atau pendapat yang berasal dari orang lain yang telah ditulis atau diterbitkan, kecuali jika secara eksplisit dicantumkan sebagai rujukan dalam teks dengan menyebutkan nama penulis dan terdaftar dalam DAFTAR PUSTAKA.
4. Pernyataan ini saya buat dengan itikad baik, dan jika di kemudian hari ada ketidaksesuaian atau kebohongan dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima hukuman akademik berupa pencabutan gelar yang telah diraih atau tulisan ini, serta sanksi lain sesuai dengan norma dan peraturan hukum yang ada.

Yogyakarta, ...

Yang membantu pernyataan.

NIM. KP 2201549



KATA PENGANTAR

Puji syukur disampaikan penulis kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan berkat dan anugerah-Nya kepada penulis, sehingga penulis berhasil menyelesaikan penelitian ini dengan judul “ Hubungan Pola Makan dengan Kadar Asam Urat pada Lansia di Dusun Ganggong Kelurahan Bangunkerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman ”

Penulis menyusun skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep.) pada Program Studi Keperawatan STIKES Wira Husada Yogyakarta.

Dalam proses penyusunan dan penyelesaian skripsi ini, penulis mendapatkan banyak bantuan, dukungan, serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat dan ketulusan, penulis 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. Kes, selaku Ketua Program Studi Keperawatan (S-1) dan Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta.
3. Dr. Sri Herwiyati, S.M., selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta masukan yang sangat berharga, dan meluangkan waktu untuk berdiskusi selama proses penyusunan skripsi sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
4. Anida, S. Kep., Ns., M. Sc, selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta masukan yang sangat berharga, dan meluangkan waktu untuk berdiskusi selama proses penyusunan skripsi sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.

5. Prastiwi Putri Basuki, S.K.M., M.Si., selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktu untuk memberikan kritik, saran, dan masukan yang bermanfaat, serta dukungan dalam proses penyusunan laporan penelitian ini.
6. Kepala Desa Ganggong, Sleman, Yogyakarta yang telah memberikan izin serta dukungan kepada penulis dalam pelaksanaan penelitian di lokasi penelitian.
7. Keluarga tercinta, khususnya bapak dan mamak, abang, adik-adik, serta seluruh anggota keluarga yang senantiasa memberikan doa, dukungan moral maupun material, serta motivasi kepada penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
8. Sahabat-sahabat tercinta, yaitu Risti, Laili, Micha, Ria, Pamela, Ethy, Mey, dan Stevy yang senantiasa memberikan dukungan, semangat, bantuan, serta motivasi selama proses penelitian dan penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas kebersamaan, perhatian, dan kesediaannya untuk mendengarkan segala keluhan penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
9. Teman-teman gereja dan komunitas yang selalu memberikan dukungan dan semangat kepada penulis selama proses penelitian dan penyusunan skripsi hingga dapat terselesaikan dengan baik.
10. Seluruh rekan mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan (S1) yang senantiasa memberikan semangat, motivasi, dan bantuan kepada penulis selama proses penelitian dan penyusunan skripsi hingga dapat diselesaikan dengan baik.
11. Staf Perpustakaan STIKES Wira Husada Yogyakarta yang telah membantu penulis dalam memperoleh berbagai sumber pustaka dan referensi yang mendukung penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna karena adanya keterbatasan dalam proses penyusunannya. Oleh sebab itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan guna menjadi bahan masukan dan pembelajaran bagi penulis di masa mendatang.

Yogyakarta, 2026

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KADAR ASAM URAT PADA LANSIA DI DUSUN GANGGONG KELURAHAN BANGUNKERTO KECAMATAN TURI KABUPATEN SLEMAN

Esra Kelly Agustin¹, Sri Herwiyanti², Anida³

¹ Mahasiswa STIKES Wira Husada Yogyakarta

² Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

³ Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

Email korespondensi: esrakellyagustin@gmail.com

Abstrak

Pendahuluan : Asam urat adalah senyawa asam berbentuk kristal yang terbentuk sebagai hasil akhir dari metabolisme purin, yang merupakan turunan dari nukleoprotein dan merupakan salah satu elemen utama asam nukleat dalam nukleus sel. **Tujuan :** Mengetahui hubungan pola makan dengan kadar asam urat pada lansia di Dusun Ganggong Kelurahan Bangunkerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman. **Metode :** penelitian ini menggunakan penelitian yang bersifat kuantitatif dengan kuantitatif analitik dan pendekatan *cross sectional* yaitu pengumpulan data variabel pola makan dan kadar asam urat yang diukur atau dikumpulkan secara simultan (dalam waktu yang bersamaan). Populasi adalah lansia yang berusia >60 Tahun di Dusun Ganggong Kelurahan Bangunkerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman berjumlah 70 orang/ Lansia dan sampel 41 lansia pada penelitian ini menggunakan metode random sampling. Data dikumpul menggunakan metode kuesioner pola makan kemudian dianalisis menggunakan *chi-square*. **Hasil :** hasil penelitian menunjukan terdapat hubungan antara pola makan dengan kadar asam urat pada lansia ($p\text{-Value} = 0,018$). **Kesimpulan :** terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kadar asam urat pada lansia di Dusun Ganggong Kelurahan Bangunkerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman.

Kata Kunci : Pola Makan, Kadar Asam Urat, Lansia

**THE RELATIONSHIP BETWEEN DIETARY HABITS AND
URIC ACID LEVELS AMONG THE ELDERLY IN DUSUN
GANGGONG KELURAHAN BANGUNKERTO KECAMATAN
TURI KABUPATEN SLEMAN**

Abstrak

Introduction: Uric acid is a crystalline acidic compound produced as the final product of purine metabolism. Purines are nucleoprotein derivatives and serve as one of the primary constituents of nucleic acids located in the cell nucleus. **Objective:** To examine the relationship between dietary patterns and uric acid levels among older adults in Dusun Ganggong Kelurahan Bangunkerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman. **Methods:** This study employed a quantitative analytical research design with a cross-sectional approach. Data on dietary patterns and uric acid levels were collected and measured simultaneously at a single point in time. The population consisted of 70 older adults aged over 60 years living in Dusun Ganggong Kelurahan Bangunkerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman. A sample of 41 older adults was selected using a random sampling method. Data were collected using a dietary pattern questionnaire, and the results were analyzed using the Chi-square test. **Results:** The findings revealed a significant association between dietary patterns and uric acid levels among older adults (**p-value = 0.018**). **Conclusion:** Dietary patterns were significantly associated with uric acid levels among older adults in Dusun Ganggong Kelurahan Bangunkerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman.

Keywords : *Diet, Uric Acid Levels, Elderly*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	1
LEMBAR PERSETUJUAN.....	i
KEASLIAN SKRIPSI.....	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xix
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
Latar Belakang	1
Rumusan Masalah	6
Tujuan Penelitian	6
Ruang Lingkup Penelitian.....	7
Manfaat Penelitian	7
Keaslian Penelitian.....	9
BAB II	Error! Bookmark not defined.
TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
A. Asam Urat (Gout).....	Error! Bookmark not defined.
B. Pola Makan	Error! Bookmark not defined.
C. Lansia	Error! Bookmark not defined.
D. Kerangka Teori.....	Error! Bookmark not defined.
E. Kerangka Konsep	Error! Bookmark not defined.
F. Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
BAB III.....	Error! Bookmark not defined.
METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Jenis dan Rencana Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B. Waktu dan Tempat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C. Populasi dan Sampel	Error! Bookmark not defined.
D. Variabel Penelitian	Error! Bookmark not defined.

E.	Definisi Oprasional	Error! Bookmark not defined.
F.	Alat Instrumen Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
G.	Teknik Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
H.	Uji Keaslian (Validitas) dan Keandalan (Reliabilitas).	Error! Bookmark not defined.
I.	Analisi Data.....	Error! Bookmark not defined.
J.	Tahap Pengolahan Data.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV		61
HASIL DAN PEMBAHASAN		Error! Bookmark not defined.
A.	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B.	Karakteristik Responden	Error! Bookmark not defined.
C.	Hasil Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D.	Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
E.	Keterbatasan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB V.....		13
KESIMPULAN DAN SARAN		13
A.	Kesimpulan	13
B.	Saran.....	76
DAFTAR PUSTAKA		79

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	9
Tabel 2. Definisi Oprasional	51
Tabel 3. Kisi-kisi Kuesioner Pola Makan	55
Tabel 4. Distribusi Frekusndi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Padukuhan Ganggong Kelurahan Bangunkerto Kabupaten Sleman.....	64
Tabel 5. Distribusi Frekusndi Responden Berdasarkan Usia di Padukuhan Ganggong Kelurahan Bangunkerto Kabupaten Sleman	64
Tabel 6. Distribusi Frekusndi Responden Berdasarkan Pendidkan di Padukuhan Ganggong Kelurahan Bangunkerto Kabupaten Sleman	65
Tabel 7. Distribusi Frekusndi Responden Berdasarkan Pendidikan di Padukuhan Ganggong Kelurahan Bangunkerto Kabupaten Sleman.....	65
Tabel 8. Distribusi Frekusndi Responden Berdasarkan Riwayat Penyakit di Padukuhan Ganggong Kelurahan Bangunkerto Kabupaten Sleman.....	66
Tabel 9. Distribusi Frekusndi Responden Berdasarkan Penyakit Asam Urat di Padukuhan Ganggong Kelurahan Bangunkerto Kabupaten Sleman.....	67
Tabel 10. Distribusi Frekusndi Responden Berdasarkan Pola Makan	67
Tabel 11. Tabulasi Silang Hubungan Pola Makan dengan terjadinya penyakit asam urat (Gout) pada lansia di Padukuhan Ganggong Kelurahan Bangunkerto Kabupaten Sleman	68

DAFTAR GAMBAR

Gambat 1. Kerangka Teori	44
Gambar 2. Kerangka Konsep	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat studi Pendahuluan Ke Dinkes Sleman	62
Lampiran 2. Surat studi Pendahuluan Ke Puskesmas	63
Lampiran 3. Surat studi Pendahuluan Puskesmas Ke Kelurahan	64
Lampiran 4. Surat studi Pendahuluan Ke Kelurahan	65
Lampiran 5. Surat studi Pendahuluan Ke Dukuh.....	66
Lampiran 6. Surat Etik Penelitian	67
Lampiran 7. Surat Uji Validitas dan Reabilitas	68
Lampiran 8. Surat Permohonan Menjadi Responden	71
Lampiran 9. Surat Persetujuan Menjadi Responden Informed Consent.....	72
Lampiran 10. Surat Persetujuan Menjadi Asisten.....	73
Lampiran 11. Bukti Pertanyaan Uji Validitas dan Reabilitas	76
Lampiran 12. Hasil Output Uji Validitas	78
Lampiran 13. Hasil Output Uji Reabilitas	80
Lampiran 14. Hasil Output Analisis Univariat	81
Lampiran 15 Hasil Output Analisis Bivariat.....	83
Lampiran 16. Dokumentasi Penelitian.....	85

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia (lansia) merujuk kepada subjek yang memperoleh usia ≥ 60 , yakni mempunyai hak yang sama selama berpartisipasi dalam kualitas hidup, kewarganegaraan, dan negara. Salah satu permasalahan yang umum dihadapi oleh kelompok lansia merupakan penurunan massa bagian tubuh, termasuk tulang juga otot, disertai dengan peningkatan kandungan lemak. Kenaikan kandungan lemak ini dapat menjadi faktor pemicu munculnya beragam penyakit kardiovaskuler, Diabetes Mellitus, hipertensi, serta penyakit degeneratif lainnya, seperti Hiperurisemia (Gresela Rambu, Kaleka Mali *et al.*, 2024).

Beberapa faktor yang memicu munculnya asam urat di antaranya adalah konsumsi purin berlebihan. Kebiasaan makanan yang tidak baik serta mengandung makanan kaya protein dengan tingkat purin yang tinggi dapat meningkatkan insiden arthritis gout. Selain dari pola makan, pemahaman juga berpengaruh dalam merawat kesehatan (Di & Bakti, 2025).

Asam urat merupakan senyawa asam dalam bentuk kristal yang berperan sebagai produk akhir dari proses metabolisme purin, yang merupakan turunannya dari nukleoprotein dan salah satu aspek penting asam nukleat dalam nukleus sel. Purin secara alami hadir dalam tubuh manusia dan dapat ditemukan dalam berbagai makanan yang berasal dari

sel hidup, termasuk hasil nabati seperti jenis sayuran, buah, dan kacang-kacangan, juga produk hewani seperti daging, jeroan, dan ikan sarden. Seluruh individu memproduksi asam urat dalam tubuhnya sebagai bagian dari proses metabolisme normal (Junaidin, 2025).

Individu yang berada pada tahap lanjut usia cenderung memiliki kerentanan yang lebih tinggi terhadap berbagai masalah kesehatan, salah satunya adalah meningkatnya kadar asam urat. Kondisi tersebut terjadi seiring dengan tahap penuaan yang mengakibatkan penurunan fungsi berbagai organ tubuh, seperti ginjal, hati, dan sistem metabolisme secara keseluruhan. Penurunan fungsi organ tersebut dipengaruhi oleh kerusakan sel dan jaringan yang berlangsung secara bertahap akibat proses degeneratif. Akibatnya, kemampuan tubuh dalam mengolah dan mengeluarkan zat sisa metabolisme, termasuk asam urat, menjadi berkurang. Apabila kondisi tersebut berlangsung dalam waktu yang panjang tanpa pengelolaan yang tepat, maka dapat meningkatkan risiko terjadinya hiperurisemia dan berbagai komplikasi kesehatan lainnya pada lansia (Arif *et al.*, 2024).

Di Amerika, penyakit gout terhadap orang dewasa mengalami peningkatan dan memengaruhi 8,3 juta orang, yaitu sekitar 4% dari populasi Amerika. Di tahun 2016 di China, 25,3% orang dewasa usia 20 sampai 74 tahun mengalami hiperurisemia, sedangkan 0,36% di antaranya menderita gout (Yessy Syahradesi, 2020). Angka kejadian hiperurisemia semakin bertambah serta memengaruhi sebanyak 43.300.000 orang dewasa atau 21% dari penduduk Amerika Serikat (Collins *et al.*, 2021).

Menurut data yang dirilis oleh WHO pada tahun 2018, prevalensi penderita asam urat secara global mencapai 34,2%. Amerika Serikat adalah negara maju dengan prevalensi tertinggi, dengan 26,3% dari populasi. Di antara negara-negara lain di dunia, Indonesia menempati peringkat keempat dalam jumlah penderita asam urat. (Fitriani et al., 2021).

Dalam Non Communicable Disease Country Profile (2018) WHO, tingkat kejadian asam urat di Indonesia sekitar 45% di kelompok usia 55 hingga 64 tahun, 51,9% di kelompok usia 65 hingga 74 tahun, dan 54,8% di kelompok usia lebih dari 75 tahun (Di & Bakti, 2025). Angka kejadian penyakit asam urat menurut Kabupaten/Kota, Provinsi DIY, (Riskesdas, 2018) bahwa Kulon Progo sebanyak 5,14%, Bantul sebanyak 5,01%, Gunung Kidul mencapai 7,88%, Sleman mencapai 5,78%, Yogyakarta mencapai 5,92%. Jadi total penyakit asam urat di provinsi DIY sebanyak 8.848 jiwa.

Peningkatan kadar asam urat dapat memberikan dampak negatif terhadap kesehatan, termasuk gangguan pada kemampuan ginjal, penurunan lingkup mobilitas badan, serta timbulnya rasa sakit selama aktivitas fisik. Selain itu, pasien sering mengalami kekakuan yang lebih intens saat pagi hari ketika bangkit dari tidur, diikuti oleh rasa sakit parah di mulai dari gerakan; namun, keterbatasan ini biasanya terjadi selama seperempat jam. Apabila konsentrasi asam urat yang berada dalam darah melebihi level yang seharusnya, kondisi ini dapat mengakibatkan pengendapan kristal di sendi serta pembuluh darah kecil. Kristal itu kemudian berinteraksi satu sama lain

dan bergerak di dalam persendian pada akhirnya memicu rasa sakit yang intens dan mengganggu kenyamanan sehari-hari (Fitriani *et al.*, 2021).

Cara mengelola peningkatan kadar asam urat pada lansia baik secara farmakologi maupun non farmakologi, contoh farmakologi seperti mengkonsumsi obat-obatan seperti OANS, IXO dan Urikosuri. Sedangkan non farmakologi seperti olahraga, tindakan rehabilitasi dan tanaman herbal (Amelia, 2021). Pola makanan adalah serangkaian data yang memberikan penjelasan mengenai jumlah serta ragam makanan yang dikonsumsi harinya oleh satu orang untuk suatu kelompok masyarakat tertentu. Secara umum purin di dapat dari hidangan, dengan pola konsumsi yang kaya akan purin yang berlebihan merupakan faktor yang menyebabkan masyarakat menghadapi masalah asam urat. Hal ini banyak masyarakat tidak cukup menyadari bahwa Tingginya asupan purin dari makanan diduga berkaitan dengan bertambahnya kadar asam urat pada darah akibat proses pengelolaan purin di tubuh bisa meningkatkan jika pola makan tidak diperhatikan, terutama konsumsi makanan Aspek yang dinilai dalam pola makan meliputi jenis makanan berkadar purin, frekuensi konsumsi, dan kuantitas asupan bahan pangan sebagai asupan setiap hari. Pola makan yakni metode agar mengelola jumlah serta tipe makanan dengan penjelasan yang mencakup memelihara kondisi fisik, asupan makanan, juga menghindari maupun mendukung proses kesembuhan dari gangguan kesehatan (Gresela Rambu, Kaleka Mali *et al.*, 2024).

Pola makan berperan signifikan dalam meningkatannya kadar asam urat. Pola makan adalah perilaku berupa permanen terkait mengonsumsi bahan pangan berdasarkan jenis (yakni pangan pokok, sumber protein, sayur, serta buah-buahan) serta jumlah (misalnya harian, mingguan, pernah, dan tidak pernah). (Endah Nuraini, 2021). Usia 60-89 tahun pada usia tersebut terjadi perubahan fisiologis yang nyata seperti penurunan fungsi ginjal dan laju filtrasi glomerulus, penurunan kemampuan ekskresi asam urat dan perubahan metabolisme purin dan usia 60-89 tahun rentan mengalami hiperurisemi dan mampu memberikan data yang valid melalui wawancara dan pengisian kuesioner pola makan. (Indarti *et al.*, 2022)

menurut studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Desember 2024, data berdasarkan Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman menunjukkan yakni total kasus tertinggi terdapat pada beberapa puskesmas. Puskesmas Turi menempati urutan pertama dengan jumlah kasus sebanyak 625 kasus, diikuti oleh puskesmas Berbah dengan 379 kasus, serta puskesmas Depok II dengan jumlah kasus sebanyak 263 kasus.

Berdasarkan studi pendahuluan yang diperoleh di posyandu lansia Dusun Ganggong jumlah penderita asam urat pada lansia sebesar 42%. Menurut data tersebut, penulis dengan studi pendahuluan menggunakan wawancara pada 22 November 2025 pada 8 responden lansia berusia >60 tahun di Dusun Ganggong, Kelurahan Bangunkerto. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa 5 lansia mengalami kadar asam urat tinggi, yakni berkisar antara 6,3–8,8 mg/dl. Tingginya kadar asam urat

tersebut diakibatkan oleh kebiasaan lanjut usia masih kerap mengonsumsi asupan tinggi purin, seperti jeroan, tahu, tempe, kangkung, bayam, tauge, kacang-kacangan, dan gorengan. Sementara itu, 3 lansia lainnya memiliki kadar asam urat pada kategori rendah, yaitu berada pada 3,5–5,6 mg/dl.

Hasil dari wawancara dengan 8 responden menunjukkan bahwa pola makan masyarakat, terutama dalam hal asupan makan, masih cenderung mengandung kadar purin tinggi. Konsumsi makanan yang kaya akan protein serta bahan nabati seperti daging, jeroan, tahu, tempe, kangkung, bayam, tauge, kacang-kacangan, dan makanan yang digoreng. Melihat fenomena ini, peneliti bermaksud untuk menyelidiki lebih lanjut mengenai “ Hubungan Pola Makan dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Dusun Ganggong Kelurahan Bangunkerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman ”.

B. Rumusan Masalah

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang fokus penelitian ini adalah: "Apakah ada korelasi antara pola makan dan kadar asam urat pada lansia di Dusun Ganggong Kelurahan Bangunkerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman?"

1. Tujuan Utama

Mengetahui keterkaitan pola makan dengan kadar asam urat pada lansia di Dusun Ganggong Kelurahan Bangunkerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis pola makan lansia di Dusun Ganggong Kelurahan Bangunkerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman.
- b. Mengukur kadar asam urat pada lansia di Dusun Ganggong Kelurahan Bangunkerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman.

D. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan untuk mengidentifikasi keterkaitan pola makan dengan kadar asam urat dalam darah pada penderita gout arthritis di Dusun Ganggong Kelurahan Bangunkerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diupayakan meningkatkan pemahaman dan pengetahuan dibidang keperawatan medikal bedah khususnya keterkaitan pola makan dengan kadar asam urat pada lansia di Dusun Ganggong Kelurahan Bangunkerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman.

2. Manfaat Praktik

a. Bagi Peneliti

Menghasilkan pembelajaran baru kepada peneliti selama menjalankan penelitian serta bisa memahami keterkaitan pola makan dengan kadar asam urat pada individu sebagai penderita asam urat.

b. Bagi Responden

Manfaat penelitian ini untuk lanjut usia diharapkan agar mereka yang mengalami penyakit gout artritis dapat memahami lebih dalam mengenai kondisi tersebut dan menunjukkan sikap positif dalam melakukan tindakan pencegahan dan penanganan terhadap gout arthritis.

c. Bagi Tempat Penelitian

Hasil yang di dapat memberikan informasi yang berguna dalam merumuskan kebijakan dan strategi program kesehatan, khususnya ada kaitan dengan pelayanan kesehatan pada lansia.

d. Bagi Perawat

Manfaat dari penelitian untuk perawat adalah kemampuan mereka untuk memperoleh wawasan yang lebih mendalam mengenai pasien gout arthritis sehingga dapat meningkatkan kualitas layanan kesehatan.

e. Bagi Institusi Pendidikan

Bisa menghasilkan bahan penyegaran serta sumber bagi mahasiswa serta dosen di perpustakaan serta sebagai acuan untuk melanjutkan penelitian yang lebih mendalam.

F. Keaslian Penelitian

Penelitian ini mempunyai karakteristik yang beragam dibandingkan dengan studi-studi yang telah dilaksanakan sebelumnya. Terdapat gambaran dari penelitian sebelumnya yang mirip, tetapi mencakup perbedaan yang

signifikan agar tidak ada tumpang tindih dengan penelitian ini. Perbedaan ini bertujuan untuk memastikan keunikan dari penelitian ini:

Tabel 1

Keaslian Penelitian

No	Nama	Judul Penelitian	Persamaan Penelitian	Perbedaan Penelitian	Hasil
	Penelitian dan Tahun Penelitian				
1.	Endah Nuraini, Zulmah Astuti (2021)	Gambaran Pola Makan Berdasarkan Jenis, Frekuensi dan Jumlah makanan terhadap Peningkatan Kadar Asam Urat	Penelitian ini sama-sama bertujuan untuk menganalisis pola makan berdasarkan jenis, frekuensi dan jumlah makanan terhadap peningkatan kadar asam urat	Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada desain penelitian yang digunakan penelitian ini menggunakan metode <i>cross sectional</i> sedangkan, penelitian dahulu menggunakan metode <i>studi literatur</i>	berdasarkan hasil studi ditemukan 20 Artikel jurnal yang terdiri dari 11 artikel membahas indikator jenis makanan yang terkait dengan peningkatan kadar asam urat, 2 artikel membahas indikator frekuensi makan yang terkait dengan peningkatan kadar asam urat, dan 5 artikel lainnya membahas topik terkait total makan yang berhubungan terhadap peningkatan kadar asam urat, 7 jurnal yang membahas seluruh indikator dan 1 jurnal yang tidak berhubungan antara pola

						asupan mengenai kenaikan kadar asam urat.
2.	Mohammad Wakhid Thobbari (2025)	Analisis Pola Makan Tinggi Purin dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia di Perum Taman Flamboyan Rt. 26 di Buni Bakti	Penelitian ini sama-sama menggunakan Kuantitatif dan analisis univariat dan bivariat	Keaslian penelitian ini ditunjukan melalui perbedaan desain dan pendekatan penelitian dengan penelitian sebelumnya penelitian ini menggunakan metode <i>cross sectional</i> sedangkan penelitian sebelumnya menggunakan <i>Corelation Study</i> dengan pendekatan <i>Retrospektif</i> sampel dan uji <i>Spearman rank</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa Ada kaitan yang berarti mencakup pola makan yang banyak mengandung purin dengan meningkatnya kadar asam urat pada lansia. memperlihatkan terkait cara makan memengaruhi tingkat asam urat pada tubuh orang lansia.	

3.	Sunarti, Bestari Bella (2020)	Gaya Hidup Sehat Lansia yang Mempunyai Kadar Asam Urat Lebih dari Normal di Posyandu Lansia Turi 01 UPTD Puskesmas Kecamatan Sukorejo	Penelitian ini sama-sama membahas tentang pola makan yaitu gaya hidup sehat agar tidak terkena Asam Urat dan juga ingin mengetahui apakah di desa tersebut banyak yang menderita asam urat	Penelitian ini ditunjukan oleh perbedaan desain penelitian yang digunakan. Penelitian ini menggunakan metode <i>cross sectional</i> , sedangkan penelitian sebelumnya menggunakan metode <i>Deskriptif Studi Kasus</i>	gaya hidup lansia yang mengalami kadar asam urat lebih dari normal di sebabkan keseluruhan partisipan mempunyai kebiasaan tetap mengkonsumsi makanan yang mengandung santan dan kacang-kacangan,, Sebagian besar partisipan mengalami permasalahan kesulitan kualitas tidur.
----	---------------------------------	---	--	--	--

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Hasil penelitian terhadap 41 orang yang disurvei: sebanyak 34 orang (82,9%) menunjukkan pola makan yang buruk, sedangkan 7 orang (17,1 %) menunjukkan pola makan yang baik.
2. Hasil penelitian dari 41 responden: 33 (80,5% dari total responden) memiliki kadar asam urat tidak normal, sedangkan 8 (19,5%) dari responden memiliki kadar asam urat normal.
3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada orang tua di Padukuhan Ganggong, Kelurahan Bangunkerto, Kecamatan Turi, Kabupaten Sleman, ada korelasi yang signifikan antara pola makan dan kadar asam urat mereka. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai p-value (ρ) sebesar 0,018, kurang dari nilai α (0,05).

B. Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya
Penelitian seterusnya diharapkan bisa mengeksplorasi faktor lain yang berkaitan dengan kadar asam urat, seperti penggunaan obat-obatan, faktor genetik, serta variabel lain yang belum diteliti. Penggunaan instrumen penelitian yang berbeda dan analisis multivariat juga disarankan agar dapat menentukan faktor yang paling dominan berhubungan dengan kadar asam urat pada lansia.

2. Bagi Responden Lansia

- a. Lansia di Padukuhan Ganggong diharapkan dapat mengurangi risiko terkena asam urat dengan mengurangi makanan tinggi purin dan menerapkan pola makan yang sehat.
- b. Lansia di Padukuhan Ganggong diharapkan melakukan pemantauan kadar asam urat secara berkala dengan rutin memeriksakan diri ke Puskesmas Turi atau fasilitas pelayanan kesehatan terdekat. Pemantauan secara rutin diharapkan dapat membantu deteksi dini dan pengendalian kadar asam urat.
- c. Masyarakat diharapkan menerapkan pola hidup aktif melakukan aktivitas fisik serta olahraga yang rutin sesuai dengan kemampuan masing-masing sebagai upaya menjaga kesehatan tubuh dan mengurangi risiko mengakibatkan meningkatnya kadar asam urat.

3. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan dapat meningkatkan upaya promotif dan preventif terkait asam urat pada lansia seperti memberikan edukasi mengenai pola makan rendah purin dan gaya hidup sehat secara rutin, selain itu bisa melakukan pemeriksaan kadar asam urat secara rutin untuk deteksi dini serta penanganan yang tepat.

4. Bagi Perawat

Diharapkan dapat meningkatkan edukasi kesehatan mengenai pola makan yang tepat, melakukan pemantauan kadar asam urat secara

rutin bagi lanisa yang mengalami peningkatan asam urat dan mendorong perubahan perilaku pola makan sehat dengan memberikan konseling dan motivasi kepada lanisa agar mengurangi makanan tinggi purin.

5. Bagi Institusi Pendidikan STIKES Wira Husada

diharapkan bisa menjadi bahan acuan oleh institusi pendidikan dalam memperkaya materi pembelajaran, terutama pada bidang keperawatan komunitas yang membahas hubungan pola makan dan kadar asam urat. Selain itu, institusi pendidikan diharapkan senantiasa mendukung pelaksanaan penelitian yang dilakukan mahasiswa untuk meningkatkan mutu pembelajaran, mengembangkan kemampuan penelitian, serta memperluas kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, kristiana kudha. (2017). *HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KADAR ASAM URAT DI DESA KOLONGAN KECAMATAN KALAWAT*.
- Amelia, R. (2021). *Hubungan Pola Makan Dan Tingkat Pengetahuan Dengan Kadar Asam Urat Dalam Darah Pada Lansia Di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang 2021*.
- Amniar. (2018). *Hubungan Pola Makan Dengan Terjadinya Penyakit Gout (asam urat) di Desa Limran Kelurahan Pantolan Boya Kecamatan Tawaeli*.
- Arif, N., Wijaya, F., Suratini, N., Kep, M., Kom, S. K., Rahmat, I., & Kes, S. M. (2024). *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Lansia Di Posbindu Teratai Domban Mororejo Tempel Sleman*. 2(September), 1748–1752.
- Arya, S. ananda. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Terjadinya Penyakit Asam Urat (Gout) Pada Lansia. In *Ananda* (p. 76).
- China Medikal University Hospital. (2025). *Tabel Makanan Tinggi Purin*. <https://www.cmu.hk.edu.tw/content/images/HealthEduTopImg.jpg>
- Collins, S. P., Storrow, A., Liu, D., Jenkins, C. A., Miller, K. F., Kampe, C., & Butler, J. (2021). *Pola Makan dan Hubungannya Terhadap Kadar Asam Urat*. 4(1), 167–186.
- Dalimartha, S. (2008). *Resep Tumbuhan Obat untuk Asam Urat*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Di, R. T., & Bakti, B. (2025). *ANALISIS POLA MAKAN TINGGI PURIN DENGAN KADAR ASAM URAT PADA LANSIA DI PERUM TAMAN FLAMBOYAN*. 5, 5142–5151.
- Dungga, E. F. (2022). *Pola Makan dan Hubungannya Terhadap Kadar Asam Urat*. 4(1).
- El, R., & Tallima, H. (2017). *Fungsi fisiologis dan potensi patogenik asam urat: Sebuah tinjauan*. 8(5), 487–493. <https://doi.org/10.1016/j.jare.2017.03.003>
- Endah Nuraini, Z. A. (2021). *Gambaran Pola Makan Berdasarkan Jenis , Frekuensi Dan Jumlah Makan Terhadap Peningkatan Kadar Asam Urat : Literature Review*. 3(1), 118–138.
- Fitriana, R. (2015). *Cara Cepat Usir Asam Urat*. Yogyakarta: Medika.
- Fitriani, R., Azzahri, L. M., Nurman, M., & Hamidi, M. N. S. (2021). Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat (Gout Arthritis) Pada Usia Dewasa 35-49 Tahun. *Jurnal Ners*, 20–27. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- Fitrianti, I. (2020). *HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KADAR ASAM URAT*

PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BAJULMATI KABUPATEN BAYUWANGI. file:///C:/Users/user/Downloads/Pedoman AOTP 2017.pdf%0D

- Flaurensia, V., Kussoy, M., & Wowiling, F. (2019). *Kebiasaan Makan Makanan Tinggi Purin Dengan Kadar Asam Urat Di Puskesmas*. 7(November), 1–7.
- Fuad, H., & Putri, E. O. (2024). *Gambaran Pemeriksaan Kadar Glukosa Darah , Kolesterol Overview Of Examination Of Blood Glucose , Cholesterol And Uric Acid Levels In The Elderly*. 13, 99–104.
- Gresela Rambu, Kaleka Mali, A., Erni Yohani Mahtuti, Faisal Faisal, & Evi Dwi Prastiwi. (2024). Hubungan antara Pola Makan dengan Kadar Asam Urat pada Lansia di Posyandu Lansia Srikandi Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. *ABDIMAS TERAPAN: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Terapan*, 2(2), 59–75. <https://doi.org/10.59061/abdimasterapan.v2i2.814>
- Hayuti, H. F. (2024). *HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN ASAM URAT PADA LANSIA DI PUSKESMAS LUBUKALUNG*. 75–90.
- Indarti, E. T., Wilda, L. O., & Wulansari, E. S. (2022). *Pengaruh Kompres Jahe Merah Terhadap Penurunan Nyeri Gout Pada Lansia Di Desa Pandean Puskesmas Gondang Kabupaten Nganjuk*. 6(3), 4–7.
- Jak'se. (2019). *Hubungan Antara Pola Makan dan Kadar Asam Urat*. https://www.mdpi.com/2072-6643/11/8/1736?utm_source=chatgpt.com
- Junaidin. (2025). *HUBUNGAN POLA MAKAN TERHADAP PENYAKIT ASAM URAT PADA LANSIA*. 3(3), 473–497.
- Khanna, D., Fitzgerald, J. D., Khanna, P. P., Bae, S., Singh, M., Gogia, M., Perezruiz, F., Taylor, W., & Lioté, F. (2013). *Pedoman American College of Rheumatology Tahun 2012 untuk Penatalaksanaan Gout. Bagian 1: Pendekatan Terapi Nonfarmakologis dan Farmakologis yang Sistematis terhadap Hiperurisemia*. 64(10), 1431–1446. <https://doi.org/10.1002/acr.21772.2012>
- Marnata, A., Solehati, F., & Novelya, P. W. (2023). Hubungan Pola Makan Yang Mengandung Purin Dengan Penyakit Asam Urat (Gout Hyperuricemia) Pada Orang Dewasa Di Kelurahan Karangrejo Summersari Jember. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 2(2).
- Marsela, F. (2022). *Hubungan Status Gizi dan Asupan Purin Dengan Kadar Asam Urat Darah Pasien Gout Arthritis Lansia Usia 50-60 Tahun Di Puskesmas Tambakromo Kabupaten Pati*.
- Mulyanto, D. (2012). *Panjang Umur dengan Kontrol Kolesterol dan Asam Urat*. Yogyakarta: Cahaya Atma Pustaka. <https://doi.org/10.1016/j.cca.2021.05.019>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. <https://journal.arikesi.or.id/index.php/Protein/article/download/1173/1492?ut>

m_source=chatgpt.com

- Noviyanti. (2015). *Hidup Sehat Tanpa Asam Urat*. Yogyakarta. https://elibrary.sahabatuap.id/index.php?id=2225&p=show_detail&utm_source=chatgpt.com
- Nuzulia, A. (2020). *HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KADAR ASAM URAT PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BAJULMATI KABUPATEN BAYUWANGI*. 5–24.
- Pangestu, G. A. (2022). *Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis di Posyandu Lansia Ds. Suumbersono Kec.Dlanggu*.
- Pirma, S. (2008). *Empat Belas Masalah Kesehatan Utama Pada Lansia*. https://repository.stikesbwilibrary.com/id/eprint/137/4/DAFTAR_PUSTAKA.pdf?utm_source=chatgpt.com
- Ragab, G., Elshahaly, M., & Bardin, T. (2017). *Asam urat: penyakit lama dalam perspektif baru – Sebuah tinjauan*. 8(5), 495–511. <https://doi.org/10.1016/j.jare.2017.04.008>
- Riskesdas. (2018). *RISKESDAS 2018*.
- Sahgal, A. (2024). *HUBUNGAN ANTARA POLA MAKAN DENGAN KADAR ASAM URAT PADA LANSIA DI POSYANDU LANSIA SRIKANDI KECAMATAN LOWOKWARU KOTA MALANG*. 4(1), 9–15.
- Savitri, A. (2016). *Makanan, Minuman, dan Obesitas Merupakan Faktor Resiko Terjadinya Gout Arthritis(Asam Urat)*. https://id.scribd.com/document/733969580/HUBUNGAN-POLA-MAKAN-DENGAN-KEJADIAN-ASAM-URAT-PADA-LANSIA-DI-PUSKESMAS-LUBUK-ALUNG?utm_source=chatgpt.com
- Sri Tasminatum, P. F. N. (2016). *Laporan penelitian kemitraan*.
- Sumantria, A. W. (2024). *PENYAKIT ASAM URAT DI DESA AIR PAOH KABUPATEN OKU TAHUN 2024* Apria Wilinda Sumantri. 13(September), 98–102.
- Tarigan, W. E. B. (2024). *HUBUNGAN POLA MAKAN TERHADAP PENINGKATAN KADAR ASAM URAT PADA LANSIA DI PUSKESMAS TIGA JUHAR*.
- Wulandari, Y. (2022). *HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KADAR ASAM URAT PADA LANSIA DI PEDUKUHAN GUNUNGSARI DESA SEMBIREJO*. 5(8.5.2017).
- Yekti. (2016). *Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Kadar Asam Urat*. https://repository.stikes-bhm.ac.id/149/1/5.pdf?utm_source=chatgpt.com
- Yessy Syahradesi, Y. (2020). *COUNSELING ABOUT GOUT ' S DISEASE AND PHYSICAL TRAINING FOR*. 2(September), 86–91.

