

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KADAR ASAM URAT PADA  
LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BAJULMATI  
KABUPATEN BANYUWANGI TAHUN 2022**



Disusun oleh :

**ILFANI FITRIYANTI**

2018.02.071

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BANYUWANGI  
BANYUWANGI  
2022**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KADAR ASAM URAT PADA  
LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BAJULMATI  
KABUPATEN BANYUWANGI TAHUN 2022**

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana keperawatan (S. Kep)  
Pada Program Studi S-1 Keperawatan STIKes Banyuwangi



Disusun oleh :

**ILFANI FITRIYANTI**

**2018.02.071**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BANYUWANGI  
BANYUWANGI**

**2022**

## PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya tulis ilmiah saya sendiri, dan saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul :

**“HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KADAR ASAM URAT PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BAJULMATI KABUPATEN BANYUWANGI TAHUN 2022”**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Banyuwangi, 15 Agustus 2022

Yang membuat pernyataan

A 10,000 Indonesian Rupiah banknote is shown with a signature written over it. The signature is in black ink and appears to be 'Ilfani Fitriyanti'. The banknote features the Garuda Pancasila emblem and the number '10000'.

**ILFANI FITRIYANTI**

**2018.02.071**

**LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING**

Skripsi Dengan Judul :

**“HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KADAR ASAM URAT PADA  
LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BAJULMATI  
KABUPATEN BANYUWANGI TAHUN 2022”**

**ILFANI FITRIYANTI**

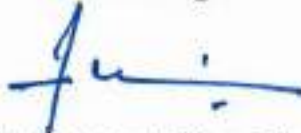
**2018.02.071**

Skripsi telah disetujui

Pada tanggal, 15 Agustus 2022

**Oleh:**

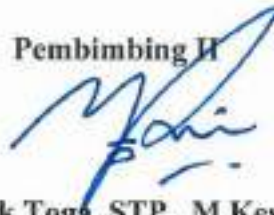
**Pembimbing I**



**Muhammad Al Amin, S.Kep., Ns., M.Kes**

**NIK : 06.015.1007**

**Pembimbing II**



**Erik Toga, STP., M.Kes**

**NIK : 06.026.1008**

**Mengetahui**

**Ketua Program Studi S1 Keperawatan**



**Ns. Sholihin, S.Kep., M.Kep**

**NIK : 06.005.0906**

**LEMBAR PENETAPAN PANITIA PENGUJI**

Skripsi Dengan Judul :

**“HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KADAR ASAM URAT PADA  
LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BAJULMATI  
KABUPATEN BANYUWANGI TAHUN 2022”**

Diajukan oleh :

**Nama : ILFANI FITRIYANTI**

**Nim : 2018.02.071**

Telah Diuji Dihadapan Tim penguji Pada Program Studi SI Keperawatan Sekolah  
Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi  
Pada tanggal, 08 Agustus 2022

**TIM PENGUJI**

**Penguji I : Ninis I., M.Kep., Ns., Sp. Kep An**

**Penguji II : Achmad Efendi, S.Kep., Ns**

**Penguji III : Erik Toga, STP., M.Kes**



Mengetahui, Ketua  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi



**DR. H. SOEKARDJO**  
NUPN. 9907159603

**ABSTRAK**  
**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KADAR ASAM URAT PADA**  
**LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BAJULMATI**  
**KABUPATEN BANYUWANGI TAHUN 2022**

**Oleh:**  
**Ilfani Fitriyanti**  
**Program Studi S1 Keperawatan STIKES Banyuwangi**  
**Email: [ilfanifitriyanti13@gmail.com](mailto:ilfanifitriyanti13@gmail.com)**

---

Pola makan yang tidak baik pada lansia dengan mengkonsumsi makanan berprotein tinggi yang mengandung tinggi purin akan meningkatkan kadar asam urat dalam darah, peningkatan kadar asam urat dapat dicegah dengan diet rendah purin. Jika pola makan tidak dirubah akan menimbulkan menumpuknya kristal asam urat sehingga lansia akan mengalami serangan nyeri yang hebat dan timbul secara mendadak. Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah hubungan pola makan dengan kadar asam urat pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati Kabupaten Banyuwangi tahun 2022.

Jenis penelitian ini kuantitatif (analitik) dengan desain penelitian *cross sectional* dengan teknik pengambilan sampel *total sampling* dengan jumlah sampel 33 responden. Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner pola makan dan lembar observasi kadar asam urat. Data dianalisis menggunakan aplikasi SPSS 22 *for windows* dengan uji *Chi-Square*.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar pola makan dalam kategori kurang (51,5%) dan hampir seluruh lansia di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati Kabupaten Banyuwangi memiliki kadar asam urat dengan kategori tinggi (90,9%). Setelah dilakukan analisis statistik di dapatkan hasil *p-value* 0,01 yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan kadar asam urat pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati Kabupaten Banyuwangi tahun 2022.

Disarankan bagi lansia untuk mengatur dan menjaga pola makan yang baik dengan cara diet rendah purin, mengurangi mengkonsumsi makan-makanan sumber purin seperti jeroan, daging bebek, hati ayam, dan kacang-kacangan yang dapat memicu kenaikan kadar asam urat dalam darah serta memeriksakan diri ke pusat pelayanan kesehatan terdekat secara rutin.

**Kata Kunci : Pola makan, Kadar asam urat, Lansia.**

**ABSTRACT**  
**CORRELATION BETWEEN DIET AND URIC ACID LEVEL IN THE  
ELDERLY AT THE WORKING AREA OF BAJULMATI HEALTH  
CENTER BANYUWANGI IN 2022**

Oleh:

Ilfani Fitriyanti

Bachelor in Nursing Study Program of Banyuwangi Institute of Health  
Sciences

*Email: [ilfanifitriyanti13@gmail.com](mailto:ilfanifitriyanti13@gmail.com)*

---

Poor diet in the elderly by consuming high protein foods containing high purines will increase uric acid levels in the blood, it can be prevented by a low purine diet. If the diet is not changed, it will cause the accumulation of uric acid crystals so that the elderly will experience severe and sudden attacks of pain. The purpose of this study was to find out the correlation between diet and uric acid levels in the elderly in the working area of Bajulmati Health Center, Banyuwangi in 2022.

This research was quantitative (analytic) with a cross sectional design by using total sampling technique, the sample was 33 respondents. The instrument of the data collection used a diet questionnaire sheet and an observation sheet for uric acid levels. Data were analyzed using SPSS 22 for windows application with Chi-Square test.

The results showed that most diet in the poor category (51.5%%) and almost all the elderly in the working area of the Bajulmati Health Center, Banyuwangi had high levels of uric acid (90.9%). After statistical analysis, the p-value is 0.01, which means  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted, so it can be concluded that there is a correlation between diet and uric acid levels in the elderly in the working area of the Bajulmati Health Center, Banyuwangi in 2022.

So that, it is recommended for the elderly to regulate and maintain a good diet by means of a low-purine diet, reduce consumption of purine-sourced foods such as offal, duck meat, chicken liver, and beans that can trigger an increase in uric acid levels in the blood and check with your doctor. nearest health service center on a regular basis.

**Keywords:** *Diet, Uric Acid Levels, Elderly*



**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

NAMA : ILFANI FITRIYANTI

NIM : 2018.02.071

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil penelitian saya dengan judul :

“Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Bajulmati Kabupaten Banyuwangi Tahun 2022”

Bersedia untuk dimuat dalam majalah atau jurnal ilmiah atas nama pembimbing dengan tetap mencantumkan nama saya sebagai peneliti.

Banyuwangi, 15 Agustus 2022

Pembuat Pernyataan



**ILFANI FITRIYANTI**  
**NIM : 2018.02.071**



## KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena dengan rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian yang berjudul **“Hubungan Pola Makan dengan Kadar Asam Urat pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Bajulmati Kabupaten Banyuwangi Tahun 2022”** sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada program studi S1 Keperawatan STIKes Banyuwangi. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak menerima bantuan dan dukungan sehingga dapat menyelesaikan tugas ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Allah, SWT karena telah memberikan ilmu dan pengetahuan-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Nabi Muhammad, SAW yang telah memberikan syafaat dan barokah-Nya kepada penulis hingga saat ini.
3. DR. H. Soekardjo, selaku Ketua STIKes Banyuwangi yang telah memberi kesempatan dan fasilitas kepada kami untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan Program Studi Ilmu keperawatan STIKes banyuwangi.
4. Ns. Muhammad Al Amin, S. Kep., M. Kes, selaku Wakil ketua 1 STIKes banyuwangi bidang akademik, serta selaku dosen pembimbing 1 dalam tugas skripsi penelitian ini yang telah memberikan pengarahan dan bimbingan.
5. Erik Toga, STP., M.Kes selaku Dosen pembimbing 2 yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan.
6. Ns. Sholihin, S. Kep., M. Kep selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan

yang telah memberikan kesempatan dan dorongan, kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan tugas skripsi.

7. Kepada Kedua Orang Tua dan kakak serta adik saya yang selalu memberikan semangat, dukungan dan motivasi serta untaian doa disetiap sholat yang tak pernah lepas dan putus asa dalam mengiringi setiap langkah perjuangan yang dilalui penulis. Terima kasih atas segala dukungan serta doanya yang diberikan, semoga kelak Allah SWT memberikan balasan surga untuk kedua orang tua dan kakak serta adik yang saya cintai, Aamiin.
8. Kepada orang yang saya sayangi : Hafidz, Citra, Yunita, Mutiara & Nisa yang selalu mendukung dan memotivasi saya untuk menyelesaikan skripsi penelitian saya.
9. Kepada rekan-rekan seperjuangan mahasiswa tingkat 4 Prodi S1 Keperawatan STIKes Banyuwangi dan seluruh pihak yang membantu menyelesaikan penelitian ini.

Semoga Allah, SWT. Membalas budi baik pihak yang telah memberi kesempatan, dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna, tetapi penulis berharap ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan bagi profesi keperawatan.

Banyuwangi, 15 Agustus 2022

Penulis  
  
**ILFANI FITRIYANTI**  
2018.02.071

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>PENYATAAN TENTANG ORISINALITAS.....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PENETAPAN PANITIA PENGUJI .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR BAGAN.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN.....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	3
1.3.1 Tujuan Utama .....	3
1.3.2 Tujuan Khusus .....	3
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
1.4.1 Teoritis .....	4
1.4.2 Praktis .....	4
1.4.2.1 Bagi Responden .....	4
1.4.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	4
1.4.2.3 Bagi Instansi Kesehatan.....	4
1.4.2.4 Bagi Stikes Banyuwangi.....	5
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>6</b>
2.1 Konsep Asam Urat ( <i>Gout</i> ) .....	6
2.1.1 Definisi Asam Urat ( <i>Gout</i> ) .....	6
2.1.2 Faktor Penyebab Asam Urat ( <i>Gout</i> ) .....	6
2.1.3 Gejala Penyakit Asam Urat ( <i>Gout</i> ).....	10
2.1.4 Pencegahan Asam Urat ( <i>Gout</i> ) .....	13

2.1.5 Metode Pemeriksaan Asam Urat ( <i>Gout</i> ).....	14
2.2 Konsep Pola Makan .....	16
2.2.1 Definisi Pola Makan .....	16
2.2.2 Makanan Tinggi Purin.....	17
2.2.3 Penilaian Pola Makan .....	18
2.2.4 Tujuan dan Syarat Diet Asam Urat ( <i>Gout</i> ).....	19
2.2.5 Prinsip Diet Asam Urat ( <i>Gout</i> ).....	20
2.2.6 Faktor yang Mempengaruhi Pola Makan .....	21
2.3 Konsep Lansia.....	23
2.3.1 Definisi Lansia.....	23
2.3.2 Batasan Lansia.....	23
2.3.3 Perubahan Fisik .....	24
2.3.4 Masalah Kesehatan Lansia .....	26
2.4 Konsep Hubungan Pola Makan dengan Kadar Asam Urat pada Lansia .....	27
2.5 Tabel Sintesis .....	28
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS .....</b>	<b>37</b>
3.1 Kerangka Konseptual .....	37
3.2 Hipotesis.....	38
<b>BAB 4 METODELOGI PENELITIAN .....</b>	<b>39</b>
4.1 Desain Penelitian.....	39
4.2 Kerangka Kerja Penelitian .....	39
4.3 Populasi, sampel dan sampling .....	41
4.3.1 Populasi.....	41
4.3.2 Sampel .....	41
4.3.3 Teknik Sampling.....	41
4.4 Identifikasi Variabel .....	42
4.4.1 Variabel Bebas ( <i>Independen Variabel</i> ) .....	42
4.4.2 Variabel Terikat ( <i>Dependen Variabel</i> ) .....	42
4.5 Definisi Operasional.....	42
4.6 Pengumpulan dan Pengolahan Data.....	43
4.6.1 Instrumen Penelitian.....	43

4.6.1.1 Uji Validitas .....	44
4.6.1.2 Uji Reliabilitas .....	45
4.6.2 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	45
4.6.3 Prosedur Penelitian.....	46
4.6.4 Pengolahan Data.....	48
4.6.5 Analisis Data .....	50
4.7 Masalah Etika.....	52
4.7.1 <i>Informed Consent</i> (Lembar persetujuan) .....	52
4.7.2 <i>Anonymity</i> (Tanpa nama) .....	53
4.7.3 <i>Confidentiality</i> (Kerahasiaan) .....	53
4.7.4 Menghormati harkat dan martabat manusia ( <i>Respect for human dignity</i> ).....	53
4.7.5 Keadilan dan keterbukaan ( <i>Respect for Justice an Inclusiveness</i> ) .....	53
4.8 Keterbatasan Penelitian .....	54
<b>BAB 5 HASIL DAN PENELITIAN .....</b>	<b>55</b>
5.1 Hasil Penelitian .....	55
5.1.1 Karakteristik Tempat Penelitian.....	55
5.1.2 Karakteristik Data Umum Responden .....	57
5.1.3 Karakteristik Data Khusus Responden.....	62
5.1.4 Cross Tab Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat.....	63
5.1.5 Analisa Statistik .....	63
5.2 Pembahasan.....	64
5.2.1 Pola Makan pada Lansia di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati Kabupaten Banyuwangi tahun 2022 .....	64
5.2.2 Kadar Asam Urat pada Lansia di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati Kabupaten Banyuwangi tahun 2022.....	65
5.2.3 Hubungan Pola Makan dengan Kadar Asam Urat pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati Kabupaten Banyuwangi tahun 2022 .....	66
<b>BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>69</b>
6.1 Kesimpulan .....	69

6.2 Saran.....	69
6.2.1 Bagi Responden .....	69
6.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya .....	70
6.2.3 Bagi Instansi Kesehatan .....	70
6.2.4 Bagi Institusi .....	70
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>71</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.5 Tabel Sintesis .....	28
Tabel 4.5 Tabel Definisi Operasional .....	43
Tabel 5.1 Distribusi responden berdasarkan usia di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati Kabupaten Banyuwangi Tahun 2022 .....	58
Tabel 5.2 Distribusi responden berdasarkan indeks massa tubuh (IMT) di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati Kabupaten Banyuwangi Tahun 2022.....	58
Tabel 5.3 Distribusi responden berdasarkan pendidikan di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati Kabupaten Banyuwangi Tahun 2022.....	59
Tabel 5.4 Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati Kabupaten Banyuwangi Tahun 2022.....	59
Tabel 5.5 Distribusi responden berdasarkan status perkawinan di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati Kabupaten Banyuwangi Tahun 2022.....	60
Tabel 5.6 Distribusi responden berdasarkan pekerjaan di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati Kabupaten Banyuwangi Tahun 2022 .....	60
Tabel 5.7 Distribusi responden berdasarkan penghasilan di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati Kabupaten Banyuwangi Tahun 2022.....	61
Tabel 5.8 Distribusi responden berdasarkan riwayat asam urat di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati Kabupaten Banyuwangi Tahun 2022.....	61
Tabel 5.9 Distribusi responden berdasarkan pola makan pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati Kabupaten Banyuwangi Tahun 2022.....	62
Tabel 5.10 Distribusi responden berdasarkan kadar asam urat pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati Kabupaten Banyuwangi Tahun 2022 .....	62
Tabel 5.11 Tabulasi Silang : Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Bajulmati Kabupaten Banyuwangi Tahun 2022 .....	63
Tabel 5.12 Analisa Statistik .....	63

## DAFTAR BAGAN

<b>Bagan 3.1</b> Kerangka Konseptual Hubungan Pola Makan dengan Kadar Asam Urat pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Bajulmati Kabupaten Banyuwangi Tahun 2022.....	37
<b>Bagan 4.3</b> Kerangka Kerja Penelitian Hubungan Pola Makan dengan Kadar Asam Urat pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Bajulmati Kabupaten Banyuwangi Tahun 2022.....	40





## DAFTAR SINGKATAN

- RISKESDAS** : Riset Kesehatan Dasar
- WHO** : World Health Organization
- DINKES** : Dinas Kesehatan
- FFQ** : Food Frequency Quisioner
- STIKES** : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Matrix.....	73
Lampiran 2 Lembar Pengajuan Judul .....	74
Lampiran 3 Lembar Permohonan Surat Pengantar Ke Puskesmas Bajulmati .....	75
Lampiran 4 Lembar Permohonan Data Awal Kepuskesmas Bajulmati.....	76
Lampiran 5 Lembar Surat Balasan Dinas Kesehatan Banyuwangi .....	77
Lampiran 6 Lembar Surat Balasan Puskesmas Bajulmati .....	78
Lampiran 7 Lembar Etik Penelitian .....	79
Lampiran 8 Surat Permohonan Menjadi Responden .....	80
Lampiran 9 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	81
Lampiran 10 Data Responden.....	82
Lampiran 11 Lembar Kuesioner Pola Makan .....	83
Lampiran 12 Lembar Observasi Kadar Asam Urat.....	85
Lampiran 13 Tabulasi Data.....	86
Lampiran 14 Crosstabs Dan Uji Chi Square.....	87
Lampiran 15 Dokumentasi .....	88
Lampiran 16 Lembar Konsultasi 1.....	89
Lampiran 17 Lembar Konsultasi 2.....	90
Lampiran 18 Lembar Konsultasi 3.....	91
Lampiran 19 Lembar Konsultasi 4.....	92
Lampiran 20 Lembar Konsultasi 5.....	93