

SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN KADAR ASAM URAT
PADA LANSIA**

Di Posyandu Dusun Taji Desa Gelanglor Kec. Sukorejo Kab.Ponorogo



Oleh :

ELSA PRABASUSILA ARDIANAWATI

NIM 22632084

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2026

SKRIPSI
HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN KADAR ASAM URAT
PADA LANSIA

Di Posyandu Dusun Taji Desa Gelanglor Kecamatan Sukorejo

Kabupaten Ponorogo

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Dalam Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Oleh :

ELSA PRABASUSILA ARDIANAWATI

NIM 22632084

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2026

LEMBAR PENGESAHAN

Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Kadar Asam Urat Pada Lansia
Di Posyandu Dusun Taji Desa Gelanglor Kecamatan Sukorejo Kabupaten
Ponorogo

ELSA PRABASUSILA ARDIAANAWATI

NIM 22632084

Skripsi ini telah disetujui pada tanggal 10 Juli 2026

Oleh :

Pembimbing 1



Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.Ns., M. Kes., PhD., FISQua

NIDN .0715127903

Pembimbing 2



Yayuk Dwirahayu, S.Kep.Ns.,M.Kes

NIDN. 0711096801

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIDN. 0714127901

HALAMAN SURAT PERNYATAAN

Saya bersumpah bahwa skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun.

Ponorogo, 10 Juli 2026

Yang menyatakan



Elsa Prabasusila Ardianawati

NIM.22632084

HALAMAN PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI

Skripsi ini telah diuji dan dinilai oleh Panitia Penguji

Pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Pada tanggal 21 Juli 2026

PANITIA PENGUJI

Ketua : Sri Andayani, S.Kep.,Ns.,M.Kep



Anggota : 1. Sulistyo Andarmoyo, S.Kep,Ns., M. Kes., Ph.D.,FISQua.



2. Yayuk Dwirahayu, S.Kep,Ns., M.Kes



Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurlidayat, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIDN. 0714127901

Hubungan Pola Makan dengan Kadar Asam Urat pada lansia di Posyandu
Dusun Taji Desa Gelanglor Kecamatan Sukorejo Kabupaten Ponorogo

Elsa Prabasusila Ardianawati

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Ponorogo

E-mail : elsapraba111@gmail.com

ABSTRAK

Pola makan merupakan salah satu faktor yang memengaruhi kadar asam urat, terutama pada lansia. Mengonsumsi makanan tinggi purin secara berlebihan dapat meningkatkan produksi asam urat dalam tubuh. Pada lansia, proses metabolisme dan fungsi ginjal yang cenderung menurun menyebabkan pembuangan asam urat menjadi kurang optimal sehingga lebih rentan mengalami hiperurisemia. Kondisi tersebut dapat memicu penumpukan kristal asam urat pada persendian yang menimbulkan nyeri, peradangan, dan gangguan aktivitas sehari-hari. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kadar asam urat pada lansia di Posyandu Dusun Taji Desa Gelanglor Kecamatan Sukorejo Kabupaten Ponorogo.

Penelitian ini menggunakan desain analitik korelasional dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah lansia di Posyandu Dusun Taji Desa Gelanglor Kecamatan Sukorejo Kabupaten Ponorogo dengan jumlah sampel sebanyak 80 responden yang dipilih menggunakan teknik probability sampling. Data pola makan dikumpulkan menggunakan kuesioner, sedangkan kadar asam urat diukur menggunakan Point of Care Testing (POCT). Analisis data menggunakan uji Chi-Square dengan p value $\alpha = 0,05$, tabel 2x2, $df=1$.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pola makan baik sebanyak 42 responden (52,5%), sedangkan 38 responden (47,5%) memiliki pola makan buruk. Sebagian besar responden memiliki kadar asam urat normal sebanyak 43 responden (53,8%), sedangkan 37 responden (46,3%) memiliki kadar asam urat tinggi. Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai p value sebesar $0,001 < \alpha = 0,05$ sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian kadar asam urat pada lansia.

Sebagian besar responden dengan pola makan baik memiliki kadar asam urat normal, yaitu sebanyak 30 responden, sedangkan sebagian besar responden dengan pola makan buruk memiliki kadar asam urat tinggi, yaitu sebanyak 25 responden. Oleh karena itu, lansia diharapkan menerapkan pola makan sehat, seimbang, dan rendah purin untuk membantu mengendalikan kadar asam urat serta mencegah komplikasi yang dapat terjadi.

Kata Kunci: Pola Makan, Kadar Asam Urat, Lansia.

The Relationship between Diet and Uric Acid Levels in the Elderly at the Integrated Health Post (Posyandu) in Taji Hamlet, Gelanglor Village, Sukorejo Subdistrict, Ponorogo Regency

Elsa Prabasusila Ardianawati

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Ponorogo

E-mail : elsaprabal11@gmail.com

ABSTRACT

Diet is one of the factors that influence uric acid levels, especially in older adults. Excessive consumption of foods high in purines can increase uric acid production in the body. In older adults, a decline in metabolic rate and kidney function leads to less-than-optimal uric acid excretion, making them more susceptible to hyperuricemia. This condition can trigger the accumulation of uric acid crystals in the joints, causing pain, inflammation, and disruption of daily activities. Therefore, this study aims to determine the relationship between dietary patterns and uric acid levels in the elderly at the Posyandu in Taji Hamlet, Gelanglor Village, Sukorejo Subdistrict, Ponorogo Regency.

This study employed a correlational analytical design with a cross-sectional approach. The study population consisted of older adults at the Posyandu in Taji Hamlet, Gelanglor Village, Sukorejo Subdistrict, Ponorogo Regency, with a sample size of 80 respondents selected using probability sampling. Dietary data were collected using a questionnaire, while uric acid levels were measured using Point-of-Care Testing (POCT). Data analysis was performed using the chi-square test with a p-value of $\alpha = 0.05$, a 2×2 contingency table, and $df = 1$.

The results of the study showed that the majority of respondents—42 respondents (52.5%)—had good dietary habits, while 38 respondents (47.5%) had poor dietary habits. The majority of respondents—43 respondents (53.8%)—had normal uric acid levels, while 37 respondents (46.3%) had high uric acid levels. The results of the Chi-Square test showed a p-value of $0.001 < \alpha = 0.05$, indicating a significant association between dietary patterns and uric acid levels in the elderly.

Most respondents with good dietary habits had normal uric acid levels—30 respondents—while most respondents with poor dietary habits had high uric acid levels—25 respondents. Therefore, older adults are encouraged to adopt a healthy, balanced, and low-purine diet to help control uric acid levels and prevent potential complications.

Keywords: Diet, Uric Acid Levels, Elderly.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT penulis panjatkan atas segala Rahmat dan anugerah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan pola makan dengan kejadian kadar asam urat pada lansia di Dusun Taji Desa Gelanglor Kecamatan Sukorejo Kabupaten Ponorogo” untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Bersamaan ini perkenankanlah saya mengucapkan terima kasih yang dengan hati yang tulus kepada :

1. Dr. Rido Kurnianto, M.Ag. selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
2. Saiful Nurhidayat, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
3. Siti Munawaroh, S.Kep.,Ns.,M.Kep, selaku Kaprodi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan informasi, fasilitas dan izin sehingga memperlancar penelitian ini.
4. Budianto selaku Kepala Desa beserta seluruh perangkat desa yang telah memberikan izin dan dukungan selama pelaksanaan penelitian. Bantuan dan kerja sama yang diberikan sangat berarti dalam kelancaran penyusunan skripsi ini. Semoga segala kebaikan yang telah diberikan mendapatkan balasan setimpal.
5. Puguh selaku Kepala Dusun yang telah memberikan izin, kesempatan, waktu, serta dukungan kepada penulis untuk

melaksanakan penelitian di wilayah desa yang dipimpin. Bantuan dan kerja sama yang diberikan sangat berarti dalam kelancaran proses penelitian hingga penyusunan skripsi ini.

6. Sulistyo Andarmoyo, S.Kep,Ns., M. Kes., PhD., FISQua selaku dosen pembimbing 1 yang telah meluangkan waktu serta dengan sabar memberikan bimbingan, arahan, dan masukan kepada peneliti selama penulisan sampai terselesaikannya skripsi ini. telah banyak membantu memberikan bimbingan dan arahan selama penyusunan skripsi ini.
7. Yayuk Dwirahayu, S.Kep,Ns., M.Kes selaku dosen pembimbing 2 yang telah meluangkan waktu serta dengan sabar memberikan bimbingan, arahan, dan masukan kepada peneliti selama penulisan sampai terselesaikannya skripsi ini.
8. Seluruh staf dosen Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan bekal ilmu kepada peneliti selama mengikuti Pendidikan.
9. Kepada kedua orang tua saya, terimakasih sudah memberikan dukungan, semangat, doa, dan harapan kepada peneliti sehingga bisa sampai di titik ini berkat doa dan dukungan dari kalian. Terimakasih atas semua yang telah diberikan untuk peneliti sampai tidak kenal lelah dalam memberikan support dan doa dalam keadaan apapun, terimakasih untuk kasih sayang yang sudah diberikan kepada peneliti sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini. Dan Peneliti menyadari penyusunan skripsi penelitian ini masih jauh

Kepada keluarga besar terimakasih atas dukungan, motivasi, doa dan kasih sayang yang sudah diberikan kepada peneliti.

10. Kepada seluruh teman- teman satu Angkatan S1 Keperawatan yang sudah memberikan dukungan, semangat, dan membantu sehingga peneliti tidak merasa sendiri dalam menyusun skripsi. Dan Terima kasih kepada sahabat kost griya yuki Fatma melia, Devina eka, Feby diva yang selalu memberikan semangat, dukungan tiada henti dan bantuan dalam segala hal selama menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti menyadari penyusunan skripsi penelitian ini masih jauh dari kata sempurna mengingat keterbatasan ilmu pengetahuan, pengalaman, serta waktu, sehingga peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak.

Ponorogo, 10 Juli 2026

Penulis



Elsa Prabasusila Ardianawati

22632084

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	ii
HALAMAN SURAT PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI	iv
ABSTRAK	v
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2 Manfaat Praktis.....	5
1.5 Keaslian Penelitian	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 Konsep Asam Urat.....	10
2.1.1 Pengertian Asam Urat.....	10
2.1.2 Etiologi Asam Urat	11
2.1.3 Faktor faktor yang mempengaruhi Asam Urat	12
2.1.4 Manifestasi Klinis Asam Urat.....	14
2.1.5 Patofisiologi Asam Urat.....	15
2.1.6 Komplikasi Asam Urat	16
2.1.7 Penatalaksanaan Asam Urat.....	18
2.2 Konsep Pola Makan.....	22
2.2.1 Pengertian Pola Makan	22
2.2.2 Komponen Pola Makan	23
2.2.3 Faktor faktor yang mempengaruhi pola makan	23
2.2.4 Klasifikasi Pola makan	26
2.3 Konsep Lansia	27

2.3.1	Pengertian Lansia	27
2.3.2	Batasan Usia	27
2.3.3	Perubahan yang terjadi pada lansia	27
2.4	Kerangka Teori	30
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN		31
3.1	Kerangka Konseptual	31
3.2	Hipotesis	32
BAB 4 METODE PENELITIAN.....		33
4.1	Desain Penelitian	33
4.2	Kerangka Operasional	33
4.3	Populasi, Sampel, Sampling	35
4.3.1	Populasi	35
4.3.2	Sampel	35
4.3.3	Besar Sampel	35
4.3.4	Sampling	36
4.4	Variabel Penelitian	37
4.5	Definisi Operasional	39
4.6	Instrumen Penelitian	40
4.7	Lokasi dan Waktu Penelitian	41
4.7.1	Lokasi Penelitian	41
4.7.2	Waktu Penelitian	41
4.8	Prosedur Pengumpulan Data dan Analisis Data	41
4.8.1	Pengumpulan data.....	41
4.8.2	Uji Validitas dan Reliabilitas	43
4.8.3	Pengolahan Data	45
4.8.4	Analisis Data.....	48
4.9	Etika Penelitian.....	52
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		55
5.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	55
5.2	Hasil Penelitian.....	55
5.2.1	Data Umum.....	55
5.2.2	Data Khusus.....	57
5.3	Pembahasan	59
5.3.1	Analisa Pola Makan pada Lansia di Posyandu Dusun Taji Desa Gelanglor Kecamatan Sukorejo Kabupaten Ponorogo.....	59

5.3.2 Analisa Kadar Asam Urat pada Lanisa di Posyandu Dusun Taji Desa Gelanglor Kecamatan Sukorejo Kabupaten Ponorogo.....	69
5.3.3 Analisa Hubungan Pola Makan dengan Kadar Asam Urat pada Lanisa di Posyandu Dusun Taji Desa Gelanglor Kecamatan Sukorejo Kabupaten Ponorogo.	76
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	80
6.1 Kesimpulan.....	80
6.2 Saran	81
DAFTAR PUSTAKA	83
DAFTAR LAMPIRAN	87



DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Defisini Operasional.....	39
Tabel 4.2 Indikator kuisioner pola makan.....	40
Tabel 4.3 Uji Validitas.....	44
Tabel 5.1 Karakteristik responden berdasarkan umur; jenis kelamin; kadar asam urat; kebiasaan makanan instan, pemanis dan pengawet; dan olahraga di posyandu Dusun Taji Desa Gelanglor Kecamatan Sukorejo Kabupaten Ponorogo.....	56
Tabel 5.2 Karakteristik pola makan pada lansia di Posyandu Dusun Taji, Desa Gelanglor, Kecamatan Sukorejo, Kabupaten Ponorogo	57
Tabel 5.3 Karakteristik kadar asam urat pada lansia di Posyandu Dusun Taji, Desa Gelanglor, Kecamatan Sukorejo, Kabupaten Ponorogo	58
Tabel 5.4 Hubungan Pola makan dengan kadar asam urat pada lansia di Posyandu Dusun Taji, Desa Gelanglor, Kecamatan Sukorejo, Kabupaten Ponorogo	58



DAFTAR GAMBAR

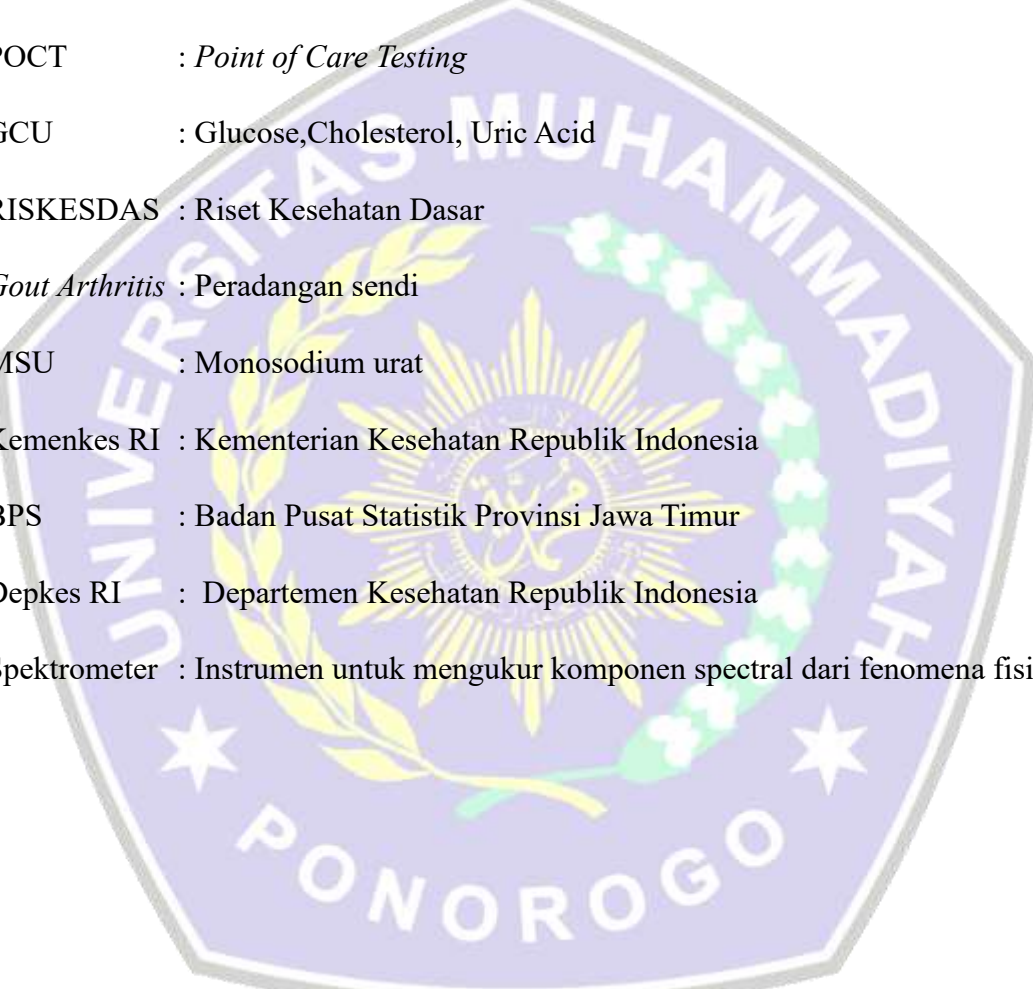
Gambar 2. 1 Phatway Asam Urat.....	21
Gambar 2. 2 Kerangka Teori Hubungan pola makan dengan kejadian kadar asam urat pada lansia	30
Gambar 3. 1 Kerangka Konseptual Hubungan pola makan dengan kejadian kadar asam urat pada lansia	31
Gambar 4. 1 Kerangka operasional.....	34



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Rencana kegiatan	87
Lampiran 2 Penjelasan Penelitian	88
Lampiran 3 Informed Consent	89
Lampiran 4 Instrumen Penelitian	94
Lampiran 5 Hasil Uji Validitas dan Uji Reabilitas	99
Lampiran 6 Permohonan Izin Data Awal Penelitian	105
Lampiran 7 Surat Izin Penelitian.....	106
Lampiran 8 Surat Layak Etik	107
Lampiran 9 Standar Operasional Pengecekan Kadar Asam Urat.....	108
Lampiran 10 Tabulasi Data Umum	110
Lampiran 11 Lembar Observasi Pemeriksaan Kadar Asam Urat	112
Lampiran 12 Data Khusus Pola Makan	114
Lampiran 13 Kuesioner MMSE (Demensia)	121
Lampiran 14 Tabulasi Frekuensi Data Penelitian	123
Lampiran 15 Tabulasi Silang Data Penelitian	125
Lampiran 16 Uji Statistik Chi-Square.....	136
Lampiran 17 Dokumentasi	137
Lampiran 18 Kegiatan Pembimbing	139
Lampiran 19 Surat Keterangan Plagiasi.....	139

DAFTAR SINGKATAN



WHO	: <i>World Health Organization</i>
IMT	: Indeks Massa Tubuh
HGPRT	: <i>Hypoxanthine Guanine Phosphoribosyl Transferase</i>
LVH	: <i>Left Ventricular Hypertrophy</i>
NSAID	: <i>Nonsteroidal Anti-Inflammatory Drugs</i>
POCT	: <i>Point of Care Testing</i>
GCU	: Glucose, Cholesterol, Uric Acid
RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar
<i>Gout Arthritis</i>	: Peradangan sendi
MSU	: Monosodium urat
Kemenkes RI	: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
BPS	: Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Timur
Depkes RI	: Departemen Kesehatan Republik Indonesia
Spektrometer	: Instrumen untuk mengukur komponen spectral dari fenomena fisik