

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN POLA MAKAN DENGAN KADAR  
ASAM URAT PADA LANSIA DI POSYANDU LANSIA DUSUN GADING KEMBAR  
KECAMATAN JABUNG KABUPATEN MALANG**

**SKRIPSI**



**Oleh :  
MARIA FALENTINA RACHMAWATI LENDE  
NIM: 2014610091**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADDEWI  
MALANG  
2018**

## RINGKASAN

Proses penuaan akan diikuti oleh penurunan kemampuan metabolisme tubuh salah satunya terhadap senyawa kimia purin sehingga akan beresiko mengalami peningkatan kadar asam urat. Pola makan yang buruk suatu akibat dari pengetahuan yang kurang dapat berdampak pada peningkatan kadar asam urat. Sasaran dari pengamatan ini agar hubungan tingkat pengetahuan dan pola makan dengan kadar asam urat pada lansia di Posyandu Lansia Dusun Gading Kembar Kecamatan Jabung Kabupaten Malang. Penelitian ini menggunakan *analitik korelasi* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian adalah lansia penderita asam urat berjumlah 31 lansia, sampel penelitian ditentukan dengan teknik *simple random sampling* sehingga didapatkan sampel sebanyak 27 lansia. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner dan alat Merchant untuk mengukur Kadar Asam Urat. Analisa data yang di gunakan adalah uji *Kolmogorov Smirnov*. Hasil penelitian didapatkan lansia memiliki tingkat pengetahuan kategori kurang mengenai asam urat (66,7%), lansia dengan pola makan kategori kurang (70,4%) dan lansia dengan kadar asam urat kategori tinggi sebanyak (77,8%). Hasil uji *Kolmogorov Smirnov* didapatkan *p value* tingkat pengetahuan = (0,002) < (0,050) dan *p value* pola makan = (0,001) < (0,050) ,maka dapat disimpulkan terdapat hubungan tingkat pengetahuan dan pola makan dengan kadar asam urat pada lansia di Posyandu Lansia Dusun Gading Kembar Kecamatan Jabung Kabupaten Malang. Dari hasil penelitian maka diharapkan lansia dapat mengontrol pola makan tinggi purin agar bisa menurunkan kadar asam urat untuk menghindar komplikasi nyeri sendi akibat asam urat.

***Kata Kunci: Kadar Asam Urat, Lansia, Pola Makan, Tingkat Pengetahuan***

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Menurut Istiany dan Rusilanti, 2014 umur diatas 60 tahun keatas dimana telah terjadi penurunan kemampuan baik sistem saraf otak itu disebut lanjut usia. Dengan bertambahnya usia maka proses penuaan akan diikuti oleh penurunan kesehatan secara degeneratif yang berdampak pada diri lansia(Ramadoan, 2016).

Data BPS pada tahun 2014 melaporkan bahwa di RI jumlah lanjut mencapai 20,24 juta jiwa. Seiring peningkatan umur menyebabkan lansia rentan mengalami berbagai gangguan kesehatan (BPS, 2014).Penyakit umum yang biasa diderita oleh lansia salah satunya yaitu asam urat (Istiany dan Rusilanti, 2014).

Asam urat merupakan akibat dari peningkatan kadar asam urat dari penumpukan kristal monosodium urat. Penyakit asam urat merupakan kelainan artritis gout. Asam urat merupakan manifestasi klinis dari suatu peradangan sendi sebagai akibat dari akumulasi (Utami, dkk. 2015).

Menurut Riskesdas, 2013 Jumlah penderita asam urat di Amerika ialah 13,6 per 100.000 orang ,dan RI sebanyak 1,6-13,6/100.000 orang. Penderita semakin bertambah ketika usia lanjut semakin bertambah .sesuai penelitian tahun 2013 didapatkan 11,9 persen dan sesuai diagnosis yaitu 24,7 persen

Pengetahuan lansia yang buruk tentang pola makan adalah bentuk cara agar tingkatan kadar asam urat. Pengetahuan lansia yang rendah tentang asam urat menganggap bahwa penyakit ini biasa dan dibiarkan tanpa adanya pencegahan atau pengobatan. Lansia yang memiliki pengetahuan baik akan memiliki motivasi untuk mencegah dan menyembuhkan penyakit asam urat dengan mengatur pola makan sehingga membantu mengurangi kadar asam urat dalam darah (Ramadoan, 2016).

Pola makan adalah kebiasaan yang dilakukan oleh seseorang dalam memilih, dan mengkonsumsi makanan tiap saat bentuk-bentuk sesuai dengan takaran (Uwa, dkk. 2016). Pola makan yang baik merupakan cara hidup sehat dengan mengkonsumsi makanan sesuai gizi seimbang.(Hirlan, 2013 dalam Uwa, dkk. 2016).

Kebiasaan mengkonsumsi makanan yang mengandung zat purin merupakan faktor yang berpengaruh terhadap peningkatan kadar asam urat (Utami, dkk. 2015). Pola makan yang tidak seimbang dapat meningkatkan resiko asam urat. Tingginya konsumsi purin dapat meningkatkan resiko terkena asam urat pada lansia yang daya imunitasnya menurun akibat tidak diproduksinya hormon estrogen serta menurunnya metabolisme tubuh yang memperbesar terkena penyakit asam urat (Lumunon, 2015).

Hasil penelitian oleh Ramadoan (2016), bahwa sebagian lansia memiliki tingkat pengetahuan yang kurang tentang pola makan, tidak mengetahui cara pencegahan, sehingga terdapat hubungan tingkat pengetahuan tentang pola makan terhadap pencegahan asam urat. Hasil penelitian Lumunan (2015), membuktikan terdapat hubungan status gizi dengan asam urat pada lansia. Status gizi adalah cara mengisi vitamin-vitamin terhadap usia lanjut baik dengan pola makan yang didasarkan pada pengukuran pola makan.

Setelah dilakukan studi pendahuluan pada Juni tahun 2017 pada Posyandu Lansia Dusun Gading Kembar Kecamatan Jabung Kabupaten Malang Diketahui dari 10 (sepuluh) lansia penderita asam urat didapatkan sebanyak 8 orang lansia (80,0%) tidak mengetahui cara penyembuhan asam urat selain konsumsi obat sehingga tidak menjaga pola makan atau masih konsumsi makanan yang mengandung tinggi purin, seperti jeroan, udang rebon, sarden, tape, ubi, daun singkong, kacang-kacangan, daging ayam dan sebagainya, sedangkan sebanyak 2 orang lansia (20,0%) mengetahui cara pencegahan dan penyembuhan penyakit asam urat dengan menjaga pola makan karena mendapatkan informasi dari tenaga kesehatan setempat. Berdasarkan fenomena tersebut maka peneliti tertarik mengambil judul

“Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Posyandu Lansia Dusun Gading Kembar Kecamatan Jabung Kabupaten Malang”.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Apakah ada hubungan tingkat pengetahuan dengan pola makan dengan kadar asam urat pada lansia di Posyandu Lansia Dusun Gading Kembar Kecamatan Jabung Kabupaten Malang?

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Sasaran pengamatan ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dan pola makan dengan kadar asam urat pada lansia di Posyandu Lansia Dusun Gading Kembar Kecamatan Jabung Kabupaten Malang.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan lansia tentang asam urat di Posyandu Lansia Dusun Gading Kembar Kecamatan Jabung Kabupaten Malang.
2. Mengidentifikasi pola makan lansia di Posyandu Lansia Dusun Gading Kembar Kecamatan Jabung Kabupaten Malang.
3. Mengidentifikasi kadar asam urat pada lansia di Posyandu Lansia Dusun Gading Kembar Kecamatan Jabung Kabupaten Malang.
4. Menganalisis hubungan tingkat pengetahuan dengan kadar asam urat pada lansia di Posyandu Lansia Dusun Gading Kembar Kecamatan Jabung Kabupaten Malang.
5. Menganalisis hubungan pola makan dengan kadar asam urat pada lansia di Posyandu Lansia Dusun Gading Kembar Kecamatan Jabung Kabupaten Malang.

## **1.4. Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Tenaga Kesehatan**

Agar menjadi referensi kepada tenaga kesehatan dalam pemberian pendidikan atau penyuluhan kesehatan kepada lansia penderita asam urat agar mampu mengontrol atau mengatur pola makan untuk mempercepat kesembuhan.

### **1.4.2 Bagi Ilmu Pengetahuan**

Memberikan informasi mengenai kejadian gout artritis yang disebabkan oleh pengetahuan rendah dalam pengobatan dan pencegahan peningkatan kadar asam urat melalui kontrol pola makan.

### **1.4.3 Bagi Peneliti**

Merupakan pengalaman awal bagi peneliti untuk memperkaya wawasan tentang hubungan tingkat pengetahuan dan pola makan terhadap tingkat kejadian asam urat.

### **1.4.4 Bagi Penderita Asam Urat**

Sebagai masukan atau penambahan pengetahuan tentang penyembuhan asam urat dengan mengendalikan pola makan dan melakukan hidup sehat yang bisa dilakukan lansia.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, N. 2011. *Cara Mencegah dan Mengobati Asam Urat dan Hipertensi*. Jakarta: Rineka Cipta
- Almatsier, S. 2011, *Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: EGC
- Arikunto, S. 2015. “*Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*”. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Azizah. L. M. 2011. *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- BPS. 2014. *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2014, Hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional*. Data Badan Pusat Statistik : Jakarta
- Gunarsah, A. 2012. *Psikologi Keperawatan*. Surakarta: Tiga Serangkai.
- Hidayat, A. A. 2012. *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia: Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Hirlan, A. 2013. *Kesalahan-Kesalahan Pola Makan Pemicu Seabrek Penyakit Mematikan*. Jogjakarta: Buku Biru.
- Fitriana, R. 2015. *Cara Cepat Usir Asam Urat*. Yogyakarta: Medika.
- Istiany, A. dan Rusilanti. 2014. *Gizi Terapan*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Riskesdas.2013. *Angka Prevalensi Penyakit Gout Di Indonesia*. Kemenkes RI: Jakarta. <http://gizi.depkes.go.id/forum/viewtopic.php?f=3&t=3600> diakses tanggal 26 Juni 2018.
- Kotler. 2011. *Ilmu Kesehatan Masyarakat. Jilid 1*. Jakarta: Erlangga
- Lumunon, O. 2015. *Hubungan Status Gizi Dengan Gout Arthritis Pada Lanjut Usia Di Puskesmas Wawonasa Manado*. Jurnal Keperawatan (Vol. 3, No. 3): Universitas Muhammadiyah Surakarta. <http://eprints.ums.ac.id/47991/> diakses tanggal 26 Juni 2018.
- Mangoenprasodjo, S.A. 2011. *Mengisi Hari Tua dengan Bahagia*. Jakarta: Pradipta Publishing.
- Maryam, R, 2013. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*, Jakarta: Salemba Medika.
- Misnadiarly, 2013. *Obesitas Sebagai Faktor Risiko Beberapa Penyakit*. Jakarta: Pustaka
- Notoatmodjo, S. 2010. *Ilmu Perilaku Kesehatan* .Jakarta : Rineka Cipta
- Nugroho, W. 2014. *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik*. Jakarta: ECG.
- Nursalam. 2011. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Okviani, W. 2011. *Pola Makan Dengan Gastritis*. <http://www.library.upnvj.ac.id/> diakses tanggal 25 Juni 2018

- Ongkowijaya J. 2015. Perbandingan Kadar Asam Urat pada Subyek Obes dan Non Obes di Fakultas Kedokteran Universitas SAM Ratulangi Manado. *Jurnal e-CliniC (eCl)* (Vol. 3, No. 2) Universitas SAM Ratulangi Manado <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/eclinic/issue/view/994/showToC> diakses tanggal 26 Juni 2018.
- Ramadoan, F. A. 2016. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Pola Makan Terhadap Sikap Pencegahan Kekambuhan Arthritis Gout Di Posyandu Lansia Bagas Waras Kartasura*. *Jurnal Keperawatan* (Vol. 1, No. 2): Universitas Sam Ratulangi Manado. <http://eprints.ums.ac.id/10437/3/J210060085.PDF> diakses tanggal 26 Juni 2018.
- Soekanto, H. 2009. *Pengantar Hukum Kesehatan*. Jakarta: Remadja Karya.
- Stanley, M. 2012. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik terjemahan Nety Juniarti, Sari Kurnianingsih*. Jakarta: EGC.
- Sugiyono, 2011. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sulistyoningsih, H. 2012. *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Supriasa. 2012. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.
- Utami, R. 2015. *Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan tentang Diet Rendah Purin dan Asupan Purin pada Wanita Usia di atas 45 Tahun di Puskesmas Kampung Bali Pontianak*. *Jurnal Cerebellum* (Vol. 1, No. 4): Universitas Tanjungpura Pontianak. <https://media.neliti.com/media/publications/194288-ID-hubungan-antara-tingkat-pengetahuan-tent.pdf> diakses tanggal 26 Juni 2018.
- Uwa, L. F. 2016. *Hubungan Antara Stres Dan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Yang Terjadi Di Puskesmas Dinoyo*. *Jurnal Keperawatan* (Vol. 3, No. 1): Universitas Tribhuwana Tunggaladewi Malang. <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/840> diakses tanggal 26 Juni 2018.
- Wawan dan Dewi. 2010. *Teori & Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuh Medika.