

**HUBUNGAN ANTARA ASUPAN PURIN, AKTIVITAS FISIK  
DAN KADAR ASAM URAT PADA LANSIA  
DI DESA BERABAN, KEDIRI, TABANAN**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Menyelesaikan Pendidikan Diploma IV Jurusan Gizi  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar**

**Oleh :**

**NI PUTU ASTRI YOLANDA**

**NIM. P07131215006**

**KEMENTRIAN KESEHATAN RI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI DIPLOMA IV  
DENPASAR  
2019**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN ANTARA ASUPAN PURIN, AKTIVITAS FISIK  
DAN KADAR ASAM URAT PADA LANSIA  
DI DESA BERABAN, KEDIRI, TABANAN**


**TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN**

**Pembimbing Utama :**

**Pembimbing Pendamping :**



**Ir. Hertog Nursanyoto, M.Kes**  
NIP.196308191986031004



**Pande Putu Sri Sugiani, DCN., M.Kes**  
NIP.196412271989032002

**Mengetahui**

**Ketua Jurusan Gizi**

**Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar**



**Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes**  
NIP.196703161990032002

**PENELITIAN DENGAN JUDUL:**

**HUBUNGAN ANTARA ASUPAN PURIN, AKTIVITAS FISIK  
DAN KADAR ASAM URAT PADA LANSIA  
DI DESA BERABAN, KEDIRI, TABANAN**

**TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI**

**PADA HARI : RABU**

**TANGGAL : 8 MEI 2019**

**TIM PENGUJI :**

1. Gusti Ayu Dewi Kusumayanti, DCN.,M.Kes ( Ketua ) (.....)
2. Ir. Hertog Nursanyoto, M.Kes (Anggota I) (.....)
3. Pande Putu Sri Sugiani DCN., M.Kes (Anggota II) (.....)

**Mengetahui**

**Ketua Jurusan Gizi**

**Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar,**



**Dr. Ni Komang Wiardani, SST.M.Kes**

**NIP.196703161990032002**

## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang betanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Putu Astri Yolanda  
NIM : P07131215006  
Program Studi : Diploma IV  
Jurusan : Gizi  
Tahun Akademik : 2019  
Alamat : Br. Nyanyi, Desa Beraban, Kecamatan Kediri, Kabupaten  
Tabanan.

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas akhir dengan judul Hubungan Antara Asupan Purin, Aktivitas Fisik dan Kadar Asam Urat pada Lansia di Desa Beraban, Kediri, Tabanan adalah benar **karya saya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa tugas Akhir ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, Mei 2019  
Yang membuat pernyataan



Ni Putu Astri Yolanda  
NIM. P07131215006

HUBUNGAN ANTARA ASUPAN PURIN, AKTIVITAS FISIK  
DAN KADAR ASAM URAT PADA LANSIA  
DI DESA BERABAN, KEDIRI, TABANAN

ABSTRAK

Salah satu penyakit degenerative yang paling banyak menyerang lansia adalah peningkatan kadar asam urat dalam darah (hiperurisemia). Hal ini dapat terjadi karena masih banyaknya masyarakat yang mengkonsumsi makanan dengan tinggi purin. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara asupan purin, aktivitas fisik dan kadar asam urat pada lansia di Desa Beraban, Kediri, Tabanan. Jenis penelitian ini adalah *observasional* dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Sampel yang didapat sebanyak 91 orang. Pengujian statistik menggunakan uji korelasi pearson. Rata-rata kadar asam urat sampel  $6,1 \pm 1,6$  mg/dl, asupan purin sampel  $406,15 \pm 214,7$  mg/hari dan rata-rata aktivitas fisik sampel sampel  $3342,3 \pm 2284,4$  MET-min/minggu. Dari hasil analisis statistik diketahui bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kadar asam urat ( $p=0,005$ ) dan tidak ada hubungan antara asupan purin dengan kadar asam urat ( $p=0,542$ ), maka dari itu peneliti berikutnya dapat menggunakan metode lain dalam pengambilan data asupan purin.

Kata kunci : kadar asam urat, asupan purin, aktivitas fisik

THE CORRELATION BETWEEN PURIN INTAKE, PHYSICAL ACTIVITY  
AND URIC ACID LEVELS IN ELDERLY  
AT BERABAN VILLAGE, KEDIRI, TABANAN

ABSTRACT

One of the most degenerative diseases affecting the elderly is an increase in uric acid levels in the blood (hyperuricemia). This can happen because there are still many people who consume foods with high purine. The Purpose of this study was to determine the relationship between purine intake, physical activity and uric acid levels in the elderly in Beraban Village, Kediri, Tabanan. This type of research was observational with a cross sectional study design. The samples obtained was 91 people. Statistical analysis using Pearson correlation test. The average sample uric acid level was  $6.1 \pm 1.6$  mg / dl, sample purine intake was  $406.15 \pm 214.7$  mg/day and the average physical activity of sample samples was  $3342.3 \pm 2284.4$  MET-min / Sunday. From the results of statistical analysis it was found that there was a relationship between physical activity and uric acid levels ( $p = 0.005$ ) and there was no relationship between purine intake and urine acid level ( $p = 0.542$ ), therefore the next researcher can use other methods in taking purine intake data.

Keywords: uric acid levels, purine intake, physical activity

## **RINGKASAN PENELITIAN**

Hubungan Antara Asupan Purin, Aktivitas Fisik Dan Kadar Asam Urat

Pada Lansia Di Desa Beraban, Kediri, Tabanan

Oleh: Ni Putu Astri Yolanda (P07131215006)

Salah satu penyakit degeneratif yang paling banyak menyerang lansia adalah peningkatan kadar asam urat dalam darah (hiperurisemia) yang termasuk suatu penyakit degeneratif menyerang persendian. Hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2013 menunjukkan bahwa penyakit sendi di Indonesia berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan (nakes) sebesar 11,9% dan berdasarkan gejala yang dialami penderita sebesar 24,7%, sedangkan daerah dengan diagnosis nakes tertinggi di Provinsi Bali sebesar 19,3% dan berdasarkan gejala yang dialami penderita tertinggi yaitu di Nusa Tenggara Timur sebesar 31, 1%. Hal ini dapat terjadi karena masih banyaknya masyarakat yang kurang memperhatikan susunan hidangan yang dikonsumsinya. salah satunya adalah asupan makanan dengan tinggi purin. Purin merupakan satu senyawa yang dimetabolisme dalam tubuh dan bila dikonsumsi berlebihan dapat menyebabkan peningkatan kadar asam urat. Kadar asam urat dalam darah selain disebabkan oleh asupan makanan juga dipicu oleh banyak faktor seperti faktor keturunan, konsumsi alkohol, obesitas, dan aktivitas fisik (Suiraoaka, 2012).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara asupan purin, aktivitas fisik dan kadar asam urat pada lansia di Desa Beraban, Kediri, Tabanan. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian observasional dengan rancangan penelitian crosssectional dimana variabel bebas yaitu asupan purin dan aktivitas fisik serta variabel terikat yaitu kadar asam urat yang diamati dalam waktu yang sama (Notoadmodjo, 2012). Penelitian ini dilaksanakan pada bulan februari 2019. Jumlah sampel pada penelitian ini yaitu 91 sampel. Untuk mengetahui hubungan antara asupan purin, aktivitas fisik dan kadar asam urat pada lansia di Desa Beraban, Kediri, Tabanan digunakan analisis korelasi pearson.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari separuh sampel memiliki jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 50 orang (54,9%) dan 41 orang (45,1%) yang memiliki jenis kelamin laki-laki. Dilihat dari umur sampel sebanyak 38 sampel (41,8%) berada di rentang umur 55-59 tahun, sebanyak 35 sampel (38,5%) berada di rentang umur 45-59 tahun dan sebanyak 18 sampel (19,8%) berada di rentang umur 50-54 tahun. Kadar asam urat pada sampel terdapat lebih dari separuh memiliki kadar asam urat normal yaitu sebanyak 57 orang (62,6%) dan 34 orang (37,4%) yang memiliki kadar asam urat tinggi. asupan purin sampel sebagian

besar memiliki asupan purin dengan kategori tinggi yaitu sebanyak 85 orang (93,4%) dan sebanyak 6 orang (6,6%) yang memiliki asupan purin kategori rendah. Berdasarkan hasil penelitian aktivitas fisik didapat lebih dari separuh sampel yaitu sebanyak 55 orang (60,4%) memiliki aktivitas fisik dengan kategori sedang dan 36 orang (39,6%) dengan aktivitas fisik kategori berat.

Hubungan aktivitas fisik dengan kadar asam urat selanjutnya diuji menggunakan uji korelasi pearson dan diperoleh hasil  $r = -0.291$  dengan  $p = 0,005$  ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan aktivitas fisik dengan kadar asam urat dan hubungan asupan purin dengan kadar asam diperoleh hasil  $r = 0,065$  dengan  $p = 0,542$  ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan asupan purin dengan kadar asam urat.

Berdasarkan hasil penelitian ternyata tidak ada hubungan antara asupan purin dengan kadar asam urat pada lanjut usia di Desa Beraban, Kediri, Tabanan, ini kemungkinan disebabkan karena *recall* yang dilakukan hanya sekali dimana kurang menggambarkan asupan makan responden . maka dari itu peneliti lain yang ingin meneliti asupan purin dapat melakukan *recall* lebih dari sekali maupun menggantinya dengan metode lain .

Daftar bacaan : 27 (2009-2017)



## KATA PENGANTAR

Puja dan puji syukur penulis sampaikan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa, karena atas karuniannya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul: Hubungan Antara Aktivitas Fisik, Asupan Purin, Dan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Desa Beraban, Kediri, Tabanan” ini telah dapat diselesaikan tepat pada waktunya.

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti mendapat banyak dukungan, saran dan bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak. Peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Ir. Hertog Nursanyoto, M.Kes selaku pembimbing utama dan ibu Pande Putu Sri Sugiani,DCN.,M.Kes. selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan arahan dan masukan dalam menyelesaikan skripsi.
2. Ibu Dr. Ni Komang Wiardani, SST.M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi yang telah memberikan izin sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan.
3. Keluarga yang telah memberikan semangat dan dukungan sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan.
4. Teman-teman yang telah memberikan saran, dukungan dan semangat sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini sangat jauh dari sempurna sehingga penulis sangat mengharapkan apresiasi baik kritik maupun saran yang membangun untuk membenahi kekurangan dan ketidak sempurnaan skripsi ini agar dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih.

Denpasar, Mei 2019

Penulis