

## GAMBARAN POLA MAKAN PADA PENDERITA ASAM URAT DI DESA GONDANG MANIS

Nila Putri Purwandari  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Cendekia Utama Kudus  
Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKES Cendekia Utama Kudus  
Jln. Lingkar Kudus-Pati Km 5 Jepang Mejobo Kudus, Kode Pos 59325

Email: [niela.poetrie.poerwandarie@gmail.com](mailto:niela.poetrie.poerwandarie@gmail.com)

### ABSTRAK

**Latar Belakang :** Asam urat adalah suatu penyakit yang menyerang persendian dan jaringan tulang yang disebabkan oleh penumpukan kristal asam urat sehingga dapat menimbulkan peradangan (Bumi Medika, 2019). Faktor penyebab terjadinya penyakit asam urat dapat dipengaruhi oleh asupan tinggi purin yang didapat dari makanan, asam urat sendiri merupakan hasil metabolisme dari purin, tubuh manusia sebenarnya telah mengandung purin sebesar 85% sehingga purin yang boleh didapat dari luar tubuh (dari makanan) hanya sebesar 15% (Bumi Medika, 2019). Pola makan yang baik dapat diterapkan untuk mencegah terjadinya asam urat. Penelitian ini bertujuan untuk mendiskripsikan tentang pola makan pada penderita asam urat di desa gondang manis. **Tujuan :** Untuk mengetahui Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Motivasi Belajar Siswa Di Masa Pandemi Covid-19 SD 1 Garung Kidul Kaliwungu Kudus. **Metode :** Metode dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dan jenis rancangan crossectional penentuan sampel dengan purposive berjumlah 50 sampel responden. Penelitian ini dilakukan mulai tanggal 17 maret sampai dengan 1 april di Desa Gondang Manis. **Hasil :** Berdasarkan analisis didapatkan hasil bahwa sebagian besar pola makan penderita asam urat dalam kategori baik 58%, disusul dengan kategori kurang 30%, dan kategori cukup 12%. **Simpulan :** Maka dapat disimpulkan bahwa Pola makan para penderita asam urat dalam kategori baik 58%.

**Kata Kunci** : Pola Makan, Asam Urat, Penderita Asam Urat.

### ABSTRACT

**Background:** Gout is a disease that attacks joints and bone tissue caused by the buildup of uric acid crystals that can cause inflammation (Bumi Medika, 2019). Factors causing gout disease can be influenced by high intake of purines obtained from food, uric acid itself is the result of metabolism of purines, the human body actually contains purines of 85% so that purines that can be obtained from outside the body (from food) are only 15% (Bumi Medika, 2019). A good diet can be applied to prevent gout. This study aims to describe the diet in patients with uric acid in the village of Gondang Manis. **Objective:** To determine the description of the diet in patients with gout in the village of Gondang Manis. **Methods:** The method in this research is descriptive quantitative and the type of cross-sectional design is the purposive sampling of 50 respondents. This research was conducted from March 17 to April 1 in Gondang Manis Village. **Results:** Based on the analysis, it was found that most of the eating patterns of gout sufferers were in the good category 58%, followed by the less category 30%, and the sufficient category 12%. **Conclusion:** So it can be concluded that the diet of the gout sufferers is in the good category 58 %.

**Keywords:** Diet, gout, gout sufferers

## LATAR BELAKANG

Pola makan dan juga komposisi bahan makanan sangat mempengaruhi kadar asam urat dalam darah, komposisi dan pola makan pada masyarakat Indonesia berbeda dengan orang asing, di Indonesia sebagian masyarakatnya mengkonsumsi bahan makanan yang mengandung purin rendah seperti ubi, nasi, susu, dan telur sedangkan makanan yang mengandung purin tinggi seperti otak, hati, jeroan, daging sapi, ikan, ayam, udang, tahu, tempe (Patyawargana & Falah, 2021). Pola makan sangat menentukan kesehatan seseorang, dan besar kemungkinan bahwa pola makan dapat mengakibatkan berbagai macam penyakit salah satunya adalah asam urat (Kussoy et al., 2019).

Data World Health Organization (WHO) tahun 2013, sebesar 81% penderita asam urat di Indonesia hanya 24% yang pergi ke dokter, sedangkan 71% cenderung langsung mengkonsumsi obat-obatan pereda nyeri yang dijual bebas. Berdasarkan hasil Kemenkes (2013) menunjukkan bahwa penyakit sendi di Indonesia yang diagnosis tenaga kesehatan (nakes) sebesar 11,9% dan berdasarkan diagnosis dan gejala sebesar 24,7%. Prevalensi penyakit asam urat di Indonesia terjadi pada usia di 15-24 tahun sebesar 1,2 %, pada usia 24-34 tahun sebesar 3,1%, pada usia 35-44 tahun sebesar 6,3%, pada usia 45-54 sebesar 11,1%, pada usia 65-74 tahun sebesar 18,6% dan pada usia lebih dari 75 tahun sebesar 18,9% (Ilmiyanti, 2017).

Data dari Riskesda (2013) prevalensi asam urat di Indonesia tertinggi ada di Nusa Tenggara Timur 33,1%, dan kedua disusul oleh Sulawesi Utara sekitar 19,1%. Prevalensi asam urat di Sulawesi Utara berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan sebesar 10,3% dan jika berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan ditambah dengan gejala klinik sebesar 19,1% (Anies, 2018). Prevalensi asam urat di Manado dan Minahasa sebesar 34,30% diderita pria dan 23,31% diderita wanita, kejadian di Manado dan Minahasa masuk dengan jumlah asam urat tertinggi dibandingkan dengan daerah lain di Indonesia (Ningsih, 2014). Berdasarkan diagnosa dari Nakes tertinggi ada di Nusa Tenggara Timur 33,1%, diikuti Jawa Barat 32,1%, dan Bali 30% (Sueni et al., 2021).

Berdasarkan riset dari (Riskesda, 2013) terjadi penyakit sendi di Jawa Tengah mencapai 25,5% dan salah satunya adalah penyakit gout atau asam urat. Berdasarkan data di Riset Kesehatan prevalensi asam urat di provinsi Jawa Tengah mencapai 6,78% atau dengan nilai tertimbang sebanyak 67.977 (Riskesdas 2018). Berdasarkan pada survei epidemiologi yang dilakukan di Bandungan Jawa Tengah atas kerjasama WHO terdapat 4.683 sampel penderita asam urat yang berusia antara 15 tahun sampai 45 tahun, didapatkan prevalensi asam urat pada pria sebanyak 24,3% dan wanita 11,7% hal ini terjadi karena pria tidak memiliki hormon estrogen yang mampu membantu dalam pembuangan asam urat melalui urine (Patyawargana & Falah, 2021).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kudus tahun 2018 prevalensi Asam Urat mencapai 9,23 atau dengan nilai tertimbang sebanyak 1.716 (Riskesdas 2018). Berdasarkan Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kudus menunjukkan bahwa prevalensi asam urat terbanyak terdapat dari

puskesmas bae, dimana pada Puskesmas Bae Prevalensi asam urat sebanyak 296 kasus dari berbagai usia, dan dibawah lingkup dari Puskesmas Bae terdapat desa Gondang Manis dimana jumlah penderita di desa Gondang Manis sebanyak 102 kasus, desa Karang Bener 79 kasus, desa bae 58 kasus dan desa Purworejo 57 kasus, yang manadesa Gondang Manis merupakan penyumbang asam urat terbanyak dari semuakelurahan yang ada dibawah naungan puskesmas bae, angka kejadian asam urat di desa Gondang Manis akan semakin meningkat apabila masyarakat masih kurang edukasi mengenai asam urat dan masyarakat belum mengetahui dan memahami tentang pola makan bagi penderita asam urat. Sehingga peneliti tertarik untukmelakukan penelitian di desa Gondangmanis karena disana sesuai dengan tujuan peneliti yaitu mengetahui pola makan pada penderita Asam Urat.

Berdasarkan fenomena diatas, maka penulis ingin melakukan penelitian tentang Gambaran Pola Makan terhadap kadar asam urat di desa Gondangmanis. Fenomena yang terjadi saat ini, pola makan sangat berdampak pada kadar asam urat. Sehingga berdasarkan fenomena yang terjadi tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Gambaran Pola Makan Pada Penderita Asam Urat Di Desa Gondang Manis”.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif yaitu pendekatan ilmiah yang memandang suatu realitas itu dapat diklarifikasikan, konkrit, teramati dan terukur, hubungan variabelnya bersifat sebab akibat dimana data penelitiannya berupa angka-angka dan analisisnya menggunakan statistik (Irianto, 2017). Jenis penelitian ini adalah studi deskriptif yaitu penelitian yang dilakukan untuk melihat gambaran maupun deskripsi tentang suatu keadaan (Riyanto, 2011). Jenis penelitian ini adalah studi deskriptif tingkat pengetahuan dan pola makan terhadap kadar asam urat pada penderita gout arthritis.

Lokasi dalam penelitian ini dilakukan di Desa Gondang Manis Bae Kudus dan dilaksanakan pada tanggal 17 maret – 1 April. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita asam urat yang terdapat di desagondang manis berdasarkan data dari puskesmas bae mulai bulan september 2020 sampai bulan januari 2021 yaitu sebanyak 102 orang.

Berdasarkan penghitungan rumus, besar sampel pada penelitian ini adalah 50 responden. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *Non Probability sampling* yaitusebuah pengambilan sampel yang tidak dipilih secara acak, dan tidak semua unsur atau elemen populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk bisa dipilih menjadi sampel (Nuraeni, 2017).

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab (Purwanto & Sulistyastuti, 2007).

Berdasarkan hasil uji reabilitas yang telah dilakukan pada 20 item kuesioner didapatkan nilai

Cronbach's Alpha minimal 0,914, maksimal 0,919 > dari 0,6 maka dapat disimpulkan bahwa kuesioner dalam variabel dinyatakan reliabel.

## HASIL PENELITIAN

### 1. Karakteristik Responden

Responden pada penelitian ini adalah penderita asam urat di Desa Gondang Manis Kabupaten Kudus. Dalam penelitian ini sampel berjumlah 50 responden. Adapun karakteristik responden dapat diuraikan sebagai berikut :

#### a. Umur

**Tabel 4.1.1**  
**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur**  
**Di Desa Gondang Manis**  
**Tahun 2021**  
**(N=50)**

Frekuensi Umur	Frekuensi	Persentasi (%)
26-35 tahun	14	28%
36-45 tahun	13	26%
46-55 tahun	15	30%
56-65 tahun	8	16%
Total	50	100%

Berdasarkan tabel 4.1.1 responden paling banyak diurutan pertama berumur antara 46-55 tahun berjumlah 15 responden (30%), diurutan kedua berumur antara 26-35 tahun berjumlah 14 responden (28%), diurutan ketiga berumur antara 36-45 tahun berjumlah 13 responden (13%), dan diurutan terakhir antara umur 56-65 tahun terdapat 8 responden (16%).

#### b. Jenis Kelamin

**Tabel 4.1.2**  
**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin**  
**Di Desa Gondang Manis**  
**Tahun 2021**  
**(N=50)**

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentasi (%)
Laki- laki	29	58%
Perempuan	21	42%
Total	50	100%

Berdasarkan tabel 4.1.2 diatas mayoritas responden paling banyak berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah 29 responden (58%), sedangkan responden berjenis kelamin perempuan berjumlah 21 responden (42%).

c. Pendidikan

**Tabel 4.1.3**  
**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan**  
**Di Desa Gondang Manis**  
**Tahun 2021**  
**(N=50)**

Pendidikan	Frekuensi	Persentasi (%)
Tidak Sekolah	8	16%
SD	4	8%
SMP	5	10%
SMA	25	50%
Perguruan Tinggi	8	16%
Total	50	100%

Berdasarkan tabel 4.1.3 pendidikan terakhir responden paling banyak adalah tingkat SMA dengan jumlah 25 responden (50%) dan pendidikan terakhir responden paling sedikit adalah tingkat SD dengan jumlah 4 responden (7%).

## 2. Uji Univariat

Analisa univariat dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui frekuensi Pola Makan pada Penderita Asam Urat di Desa Gondang Manis.

a. Pola Makan

Hasil penelitian dari 50 responden tentang pola makan responden dapat diketahui dari tabel 4.2.1

**Tabel 4.2.1**  
**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Makan**  
**Di Desa Gondang Manis**  
**Tahun 2021**  
**(N=50)**

Pola makan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	29	58%
Cukup	6	12%
Kurang	15	30%
Total	50	100%

Berdasarkan tabel 4.2.4 tentang pola makan dari 50 responden didapatkan hasil bahwa sebagian besar pola makan baik sebanyak 29 responden (58%) dan sebagian kecil pola makan cukup sebanyak 6 responden (12%).

## **PEMBAHASAN**

### **Analisa Univariat**

#### **a. Pola Makan**

Hasil penelitian menunjukkan pola makan dari 50 responden didapatkan hasil bahwa sebagian besar pola makan baik sebanyak 29 responden (58%) dan sebagian kecil pola makan cukup sebanyak 6 responden (12%). Pola makan adalah suatu cara atau usaha dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan dengan maksud tertentu seperti mempertahankan kesehatan, status nutrisi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit (Ilmiyanti, 2017). Pola makan dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, antara lain adalah Kebiasaan Kesenangan, budaya, agama, taraf ekonomi, lingkungan alam, dan sebagainya (Ramayulis, 2011). Aturan pola makan penderita asam urat bertujuan untuk menurunkan kadar asam urat dalam darah menjadi normal (Tumenggung, 2015)

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan tentang ketiga karakteristik pola makan, menunjukkan frekuensi makan dari 50 responden didapatkan bahwa sebagian besar frekuensi makan baik sebanyak 22 responden (44%) dan sebagian kecil Kurang sebanyak 11 responden (22%). Hal ini disebabkan karena para penderita asam urat sudah mulai bisa untuk mengatur frekuensi makan makanan yang di konsumsinya. Frekuensi pola makan penderita asam urat harus diperhatikan untuk menjaga kadar asam urat yang ada di dalam darah .

Selain makanan tinggi purin yang harus dihindari, beberapa makanan dengan kandungan purin sedang juga harus dibatasi antara lain: daging sapi, ikan, ayam, udang, asparagus, bayam, daun singkong, kangkung, daun dan biji melinjo, makanan yang mengandung ragi, serta kacang dan hasil olahannya seperti tahu dan tempe, Untuk konsumsi daging, ikan, dan unggas tidak lebih dari 50-75 gram atau 1-1,5 potong dalam sehari. Sedangkan untuk sayuran tidak lebih dari 1 mangkuk atau 100 gram dalam sehari (Barangmanise et al., 2018).

Jenis makan yang dimakan oleh responden dalam penelitian ini sudah baik yang mana responden sudah mampu untuk memilih beberapa jenis makanan yang harus dihindari bagi penderita asam urat, untuk menurunkan kadar asam urat dalam darah dan mengurangi gejala penyakit asam urat, penderita harus menghindari makanan dengan kadar purin tinggi, Kandungan purin tinggi sebagian besar terdapat dalam makanan sumber protein, terutama

protein hewani (Dewi & Afridah, 2018).

Konsumsi protein perlu dihindari atau dibatasi, beberapa makanan dengan kandungan purin tinggi yang perlu dihindari antara lain: otak, hati, jantung, jeroan, ekstrak daging/kaldu, daging merah, bebek, ikan sarden, makarel, ikan teri, remis, kerang, kepiting, serta beberapa buah seperti duriandan alpukat (Kejadian & Pada, 2018).

Adapun beberapa jenis makanan yang dianjurkan untuk penderita asam urat antara lain seperti wortel, labu siam, kacang panjang, terong, pare, oyong, timun, labu air, selada air, lobak, untuk buah buahan sangat dianjurkan untuk yang mengandung vitamin B, C, E, dan mineral kalium, untuk bumbu-bumbu yang digunakan harus secukupnya, dan jenis minuman yang sangat dianjurkan adalah air putih (Nurhamidah & Nofiani, 2015).

Makan dari 50 responden didapatkan bahwa sebagian besar jumlah makan sudah baik sebanyak 19 responden (38%) dan sebagian kecil Kurang sebanyak 14 responden (28%). Kandungan purin yang ada didalam jumlah makanan dikelompokkan menjadi tiga yaitu : kandungan purin tinggi 150-180mg/100 gram antara lain jeroan, daging bebek, dan seafood, kandungan purin sedang 50-150mg/ 100 gram seperti daging sapi, daging ayam, tahu, tempe, kembang kol, buncis, kacang-kacangan, bayam, kangkung, dan jamur, makanan yang dapat dikonsumsi tidak melebihi batas, kandungan purin rendah dibawah 50ml gram/ 100 gram seperti nasi, ubi, singkong, jagung, roti, mie, puding, susu, keju dan telur merupakan makanan yang boleh dikonsumsi setiap hari bagi para penderita asam urat (Desverisca et al., 2019).

Penelitian Anisha M.G Songgigilan (2019), membuktikan bahwa pola makan merupakan salah satu factor yang mempengaruhi kadar asam urat dalam darah. Menurut Andriani (2016) pola makan merupakan salah satu cara dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan dengan maksud tertentu, dengan mengatur pola makan seseorang dapat membantu mempertahankan kesehatan, status nutrisi dan mencegah atau membantu dalam proses kesembuhan penyakit. Pola makan seseorang dapat dilihat melalui jumlah makan, frekuensi makan, dan jenis makan (Dewi & Afridah, 2018).

Pola makan yang tidak baik atau tidak teratur seperti mengkonsumsi makanan cepat saji, minuman beralkohol, terlebih lagi yang yang mengandung purin tinggi secara berlebihan dapat mempengaruhi kadar asam urat dalam darah, hal ini diperkuat

juga oleh penelitian yang dilakukan oleh Anies (2018) dimana pola makan yang tidak baik dapat mempengaruhi kadar asam urat dalam darah. Sependapat, dengan Wijayanti & Untari (2017) mengatakan bahwa pola makan menjadi salah satu penyebab penyakit asam urat. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Hambatara dkk (2018) mengatakan bahwa ada hubungan antara konsumsi asupan makanan yang mengandung purinn dengan kejadiann asam urat (Therik, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian pola makan responden dapat dibuktikan dengan 3 point pertanyaan dalam kuesioner yaitu jenis makan, frekwensi makan, dan pola makan, dimana ketiga subitem tersebut dapat mengukur pola makan dari seseorang, dilihat dari jenis makanan yang dimakan, jumlah makanan yang dikonsumsi dan seberapa banyak frekwensi dari makanan yang akan dimakan. Menurut Wijayanti dan Untari (2017) mengatakan hal-hal tersebut merupakan yang paling utama dalam menentukan pola makan dari seseorang. Pola makan yang baik dapat mengurangi factor resiko penyakit asam urat (Anies, 2018), salah satu pencegahan yang dapat dilakukan adalah dengan mengatur dan menjaga pola makan, dimana pola makan seseorang dapat diimbangi dengan makanan yang mengandung gizi seimbang seperti makanan pokok, sayur dan buah (Hanifah, 2011).

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan pada bab terdahulu, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Usia penderita asam urat sebagian besar berusia antara 46-55 tahun berjumlah 15 responden (30%).
2. Jenis kelamin penderita asam urat sebagian besar berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah 29 responden (58%).
3. Pendidikan terakhir penderita asam urat sebagian besar tingkat SMA dengan jumlah 25 responden (50%).
4. Pola makan dari penderita asam urat sebagian besar didapatkan hasil bahwa pola makan baik sebanyak 29 responden (58%) . Yangmana terdiri dari frekuensi makan penderita asam urat sebagian besar frekuensi makan baik sebanyak 22 responden (44%), jenis makan penderita asam urat sebagian besar sudah baik sebanyak 23 responden (46%), dan frekuensi jumlah makan penderita asam urat didapatkan bahwa sebagian besar jumlah makan baik

sebanyak 19 responden (38%).

## SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat dikemukakan saran sebagai berikut:

1. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan judul pola makan bagi penderita asamurat yang sudah menahun

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dalam melakukan peran dalam Tri Darma Perguruan tinggi yang diantaranya penelitian dan pengabdian masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Barangmanise, S., Karundeng, Y., Latif, Y., Ratumbuysang Manado, R. V., Keperawatan Poltekkes Manado, J., & Gizi Poltekkes Manado, J. (2018). *Kebiasaan Makan Makanan Tinggi Purin Pada Penderita Gout Arthritis Rawat Jalan Di Puskesmas Tuminting. D*, 3–4. file:///C:/Users/HP/Downloads/469-Article Text-830-1-10-20181031 (1).pdf
- Desverisca, L., Karim, D., Woferst, R., Keperawatan, F., & Riau, U. (2019). Gambaran Karakteristik Pasien Dengan Gout Arthritis. *JOM FKp*, 6(1), 244–253.
- Dewi, F. A., & Afridah, W. (2018). Pola Makan Lansia Penderita Asam Urat Di Posyandu Lansia Kelurahan Wonokromo Surabaya. *Journal of Health Sciences*, 7(1). <https://doi.org/10.33086/jhs.v7i1.491>
- Ilmiyanti, L. (2017). *Hubungan asupan purin, vitamin c dan status gizi dengan kadar asam urat pada lansia di posyandu lansia panjang yuswo kelurahan pajang kecamatan laweyan kota surakarta*. 1–20.
- Irianto, S. (2017). Metode Penelitian Kualitatif Dalam Metodologi Penelitian Ilmu Hukum. *Jurnal Hukum & Pembangunan*, 32(2), 155. <https://doi.org/10.21143/jhp.vol32.no2.1339>
- Kejadian, T., & Pada, H. (2018). Pengetahuan Asam Urat, Asupan Purin Dan Status Gizi Terhadap Kejadian Hiperurisemia Pada Masyarakat Perdesaan. *Media Pendidikan, Gizi, Dan Kuliner*, 7(2), 1–11.
- Kussoy, V. F. M., Kundre, R., & Wowiling, F. (2019). Kebiasaan Makan Makanan Tinggi Purin Dengan Kadar Asam Urat Di Puskesmas. *Jurnal Keperawatan*, 7(2), 1–7. <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i2.27476>

- Nuraeni, I. (2017). Metode Penelitian. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Nurhamidah, & Nofiani, S. (2015). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Pasien Rawat Jalan Di Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi Tahun 2015. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Pasien Rawat Jalan Di Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi Tahun 2015*, 1, 2.
- Patyawargana, P. P., & Falah, M. (2021). Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia: Literarure Review. *Healthcare Nursing Journal*, 3(1), 47–51. <https://doi.org/10.35568/healthcare.v3i1.1097>
- Purwanto, erwan agus, & Sulistyastuti, dyah ratih. (2007). *METODELOGI PENELITIAN.pdf*.
- Sueni, Haniarti, & Rusman, A. D. P. (2021). Analisis Penyebab Faktor Resiko terhadap Peningkatan Penderita Gout (Asam Urat) di Wilayah Kerja Puskesmas Suppa Kecamatan Suppa Kabupaten Pinrang. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 4(1), 1–9.
- Therik, K. S. S. (2019). *Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kadar Asam Urat Pada Pasien Di Puskesmas Naibonat*. <http://repository.poltekeskupang.ac.id/1062/>
- Tumenggung, I. (2015). Relationship Between Eating Pattern and Gout Arthritis in Toto Kabila Hospital of Bone Bolango District. *Health and Nutritions Journal*, 1, 1–12.