



**GAMBARAN KADAR ASAM URAT SEBELUM DAN  
SESUDAH PUASA SENIN KAMIS PADA LANSIA**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Keperawatan

**Disusun oleh:**

**ELISKA SHERLIA PUTRI**

**011201050**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KESEHATAN**

**UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

**2024**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**Skripsi Berjudul:**

**PENGARUH PUASA SENIN KAMIS TERHADAP KADAR ASAM URAT PADA  
LANSIA DI DESA KRAJAN RW 01**

**Disusun Oleh:**

**ELISKA SHERLIA PUTRI**

**NIM.011201050**

**PROGRAM STUDI SI KEPERAWATAN  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

**Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta diperkenankan untuk sidang  
skripsi**

**Ungaran, 25 februari 2024**

**Pembimbing**



**Ns. Suwanti, S.Kep., MNS**

**NIDN.0618127701**

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi berjudul :

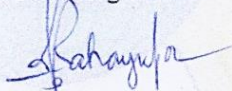
**GAMBARAN KADAR ASAM URAT SEBELUM DAN SESUDAH PUASA  
SENIN KAMIS PADA LANSIA**

Disusun oleh  
ELISKA SHERLIA PUTRI  
NIM.011201050

Telah dipertahankan dan diujikan didepan Tim Penguji S kripsi  
program Studii Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo, pada:

Hari : Senin  
Tanggal :19 Agustus 2024

Tim Penguji  
Ketua Pembimbing Utama



Ns.Suwanti, S.Kep., MNS  
NIDN.0618127701

Anggota/Penguji I

Anggota Penguji II

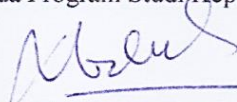


Ns. Faridah Aini, S.Kep., M.Kep., Sp.KMB  
NIDN. 0629037605



Ns. M.Imron Rosidi., S.Kep., M.Kep  
NIDN.0606127804

Ketua Program Studi Keperawatan



Dr. Ns. Abdul Wahid. S.Kep., M.Kep., Sp., Kep.Jiwa  
NIDN.06002027901



## PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda yang di bawah ini saya:

Nama : Eliska Sherlia Putri

NIM : 011201050

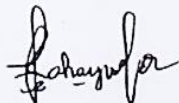
Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo

Dengan ini menyatakan bahwa :

Skripsi berjudul “Gambaran Kadar Asam Urat Sebelum dan Sesudah Puasa Senin Kamis Pada lansia” adalah:

1. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang di bimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
2. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar Pustaka.
3. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran di dalam pernyataan ini saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo

Pembimbing



Ns. Suwanti, S.Kep., MNS  
NIDN.0613027601

Ungaran, 21 Agustus 2024



Eliska Sherlia Putri  
NIM. 011201050

## HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

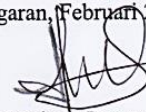
Nama : Eliska Sherlia Putri

NIM : 011201050

Program Studi : S1 Keperawatan

Menyatakan memberikan kewenangan kepada kampus Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media atau formatkan, merawat dan mempublikasikan skripsi saya dengan judul “**Gambaran Kadar Asam Urat Sebelum Dan Sesudah Puasa Senin Kamis Pada Lansia** ” untuk kepentingan akademik.

Ungaran, Februari 2024



Yang Membuat Pernyataan

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### I. Data pribadi

Nama : Eliska Sherlia Putri  
Tempat tanggal lahir : Kab.semarang, 30 oktober 1999  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Status : Mahasiswa  
Alamat : wonorejo rt 04/rw 01 kecamatan pringapus

kabupaten semarang

Riwayat Pendidikan

SD Negeri wonorejo 04 : Tahun 2008- 2014

SMP Negeri 1 pringapus : Tahun 2015-2017

SMK PGRI 1 SALATIGA : Tahun 2018-2020

Universitas Ngudi Waluyo Ungaran : Tahun 2020- sekarang

### II. Data Orang Tua

Nama Ayah : Giyarno

Alamat : wonorejo rt 04/rw 01 kecamatan pringapus

kabupaten semarang

Nama Ibu : munisatun

Alamat : wonorejo rt 04/rw 01 kecamatan pringapus

kabupaten semarang

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kepada Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga pada akhirnya penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini yang berjudul **“Gambaran Kadar Asam Urat Sebelum Dan Sesudah Puasa Senin Kamis Pada Lansia ”**. Penulis membuat skripsi ini guna memenuhi tugas akhir dalam menyelesaikan pendidikan dibangku kuliah dan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S. Kep) di Fakultas Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak mungkin akan terwujud apabila tidak ada bantuan dari berbagai pihak, melalui kesempatan ini izinkan penulis menyampaikan ucapan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum. selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Ibu Rosalina, S.Kp., M. Kes, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Ns. Eko Susilo, M.Kep selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo
4. Abdul Wakhid, S.kep.,Ns.,M.kep.,Sp.Kep.J. selaku Kaprodi Fakultas Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo

5. Ns. Suwanti, MNS selaku Dosen Pembimbing utama yang telah banyak meluangkan waktu, pikiran, memberikan arahan serta motivasi dalam penyusunan Skripsi ini
6. Seluruh Dosen, staf, karyawan dan karyawan di Fakultas Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, atas segala ilmu dan pengarahan yang telah diberikan kepada penulis.
7. Ayah dan Ibu serta saudara saya terimakasih atas didikannya selama ini, semangat, motivasi, cinta, kasih sayang dan do'a yang begitu tulus tiada hentinya diberikan kepada penulis.
8. Serta teman-teman SI Reguler Transfer angkatan 2020 atas bantuan dan dukungan semangat yang telah kalian berikan selama kuliah sampai akhirnya penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.

Dalam penyusunan Skripsi ini, penulis telah berusaha dengan segala kemampuan yang dimiliki, namun penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tentunya masih banyak kekurangan dan masih jauh dari sempurna. Hal ini dikarenakan keterbatasan pengetahuan yang dimiliki, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan khususnya bagi institusi kesehatan. Wassalamua'alaikumWr.Wb.

Ungaran, februari 2024  
Yang membuat pernyataan



Eliska sherlia Putri



Universitas Ngudi Waluyo  
Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan  
Skripsi, Agustus2024  
Eliska Sherlia Putri  
011201050  
Gambaran Kadar Asam Urat Sebelum Dan Sesudah Puasa Senin Kamis Pada  
Lansia

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Asam urat merupakan penyakit sendi yang disebabkan oleh tingginya asam urat di dalam darah. Dampak dari asam urat yang tidak diatasi dengan baik bisa menyebabkan komplikasi gangguan ginjal, jantung, diabetes mellitus, hipertensi. Upaya pencegahan terjadinya peningkatan kadar asam urat dalam darah dapat dilakukan dengan berbagai cara yaitu melakukan pengobatan asam urat hingga kembali normal, pola hidup sehat. Selain itu, salah satu cara untuk menurunkan kadar asam urat yaitu dengan puasa senin kamis. Puasa dapat digunakan untuk menurunkan kadar glukosa, kolesterol dan asam urat dalam darah. Menurut hasil penelitian, sebelum puasa kadar asam urat pada pasien sebesar 7,7 (normalnya di bawah 7 untuk laki laki). Tujuan dilakukan penelitian ini untuk mengetahui gambaran kadar asam urat sebelum dan sesudah melakukan puasa senin kamis pada lansia.

**Metode:** Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian ini dilakukan di Desa Krajan Rw 01 dengan jumlah populasi 37 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu menggunakan total sampling dengan jumlah 36 responden. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian 1 set alat GCU dan Uji yang digunakan dalam penelitian ini yaitu tendensi sentral.

**Hasil:** Kadar Asam Urat pada kategori tinggi yaitu 9,3 mg/dl sebanyak 8 orang dengan presentase sebesar 22,2%. Presentase individu dengan kadar asam urat ringan sebesar 13 Orang ini mencapai 36,1% dari total sampel yang dianalisis. Sebanyak 15 individu memiliki kadar ringan yaitu dengan presentase 41.6%. Setelah dilakukan puasa Senin-Kamis, hasil kadar asam urat kategori berat sudah menurun menjadi sebanyak satu orang dengan presentase sebesar 2,7% sedangkan kadar yang lain tergolong rendah yaitu mencapai 19 orang dengan presentase 52,7%.

**Simpulan:** Sesuai dari penelitian ini penulis dapat menyimpulkan gambaran kadar asam urat mengalami penurunan setelah dilakukan puasa. Puasa senin kamis dapat menurunkan kadar asam urat pada lansia

**Kata Kunci :** *Puasa Senin Kamis, Kadar Asam Urat, Lansia*

Ngudi Waluyo University  
Bachelor of Nursing Study Program, Faculty of Health  
Thesis, August 2024  
Eliska Sherlia Putri  
011201050

Description of Uric Acid Levels Before and After Monday and Thursday Fasting  
in the Elderly

### ***ABSTRACT***

**Background:** uric acid is a joint disease caused by high levels of uric acid in the blood. The impact of uric acid that is not treated properly can cause complications from kidney problems, heart problems, diabetes mellitus, , and hypertension. Efforts to prevent an increase in uric acid in the blood can be done in various ways, namely by treating uric acid until it returns to a normal, healthy lifestyle. Apart from that, one way to reduce uric acid levels is by fasting. Fasting can be used to reduce glucose, cholesterol and uric acid levels in the blood. According to the research results, before fasting the patient's uric acid level was 7.7 (normally below 7 for men). The aim of this research was to determine the description of uric acid levels before and after fasting Monday and Thursday in the elderly.

**Method:** This type of research is descriptive research. This research was conducted in Krajan Village Rw 01 with a population of 37 people. The sampling technique in this research used total sampling with a total of 36 respondents. The measuring instrument used in the research is 1 set of GCU and test tools used in this research, namely central tendency..

**Results:** Uric acid levels were in the high category, namely 9.3 mg/dl in 8 people with a percentage of 22.2%, while levels. The percentage of individuals with mild uric acid levels was 13. This reached 36.1% of the total samples analyzed. A total of 15 individuals had mild levels, namely a percentage of 41.6%. After fasting Monday-Thursday, the results of the uric acid levels in the heavy category had decreased to one person with a percentage of 2.7%, while the levels of the others were classified as low, reaching 19 people with a percentage of 52.7%.

**Conclusion:** According to this research, the author can conclude that uric acid levels have decreased after fasting. Monday and Thursday fasting can reduce uric acid levels in the elderly.

**Keywords:** *Fasting Monday and Thursday, Uric Acid Levels, Elderly*

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
PERNYATAAN ORISINILITAS .....	iii
HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI.....	iv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK.....	viii
<i>ABSTRACT</i> .....	ix
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Lansia .....	7
B. Kadar Asam Urat.....	10
C. Puasa Senin Kamis.....	15
D. Hubungan Puasa Senin Kamis Dengan Kadar Asam Urat.....	14
E. Hasil Penelitian Sebelumnya.....	17
F. Kerangka Teori .....	19
G. Kerangka Konsep .....	19
H. Hipotesis Penelitian.....	21
BAB III METODE PENELITIAN.....	22
A. Desain Penelitian.....	22
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	23
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	23

D. Definisi Operasional.....	24
E. Jenis Data .....	26
F. Proses pengumpulan data .....	27
G. Etika penelitian.....	29
H. Pengolahan data.....	30
I. Analisis data .....	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	34
A. Hasil Penelitian .....	34
B. Pembahasan.....	39
C. Keterbatasan Penelitian .....	49
BAB V PENUTUP.....	51
B. Saran.....	52
DAFTAR PUSTAKA.....	56
LAMPIRAN.....	58

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	25
Tabel 4. 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin, Pendidikan, dan Pekerjaan.....	34
Tabel 4. 2 Gambaran Distribusi pengaruh sebelum puasa senin kamis terhadap kadar asam urat pada lansia .....	37
Tabel 4. 3 Distribusi Analisa Univariat Responden Sesudah Puasa.....	38
Tabel 4. 4 Distribusi Analisa Bivariat <i>Paired Sampel T Test</i> .....	39

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori Penelitian Pengaruh Puasa Senin .....	20
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep .....	21

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat ijin studi pendahuluan .....	48
Lampiran 2 Surat Balasan Ijin Studi Pendahuluan .....	49
Lampiran 3 Surat <i>Ethical Clearance</i> .....	50
Lampiran 4 Surat Keterangan Cek Turnitin Plagiarisme .....	51
Lampiran 5 PERMINTAAN MENJADI RESPONDEN .....	52
Lampiran 6 Lembar Konsultasi SKRIPSI.....	57
Lampiran 7 Dokumentasi Penelitian.....	65