

ABSTRAK

Pola makan yang tidak terkontrol dan sering mengonsumsi makanan yang mengandung tinggi purin, yang mengakibatkan kadar asam urat dalam darah meningkat. Apabila kadar asam urat tidak teratasi akan mengganggu aktivitas sehari – hari. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kadar asam urat pada Lansia di Desa Klurak Kecamatan Candi Sidoarjo.

Desain penelitian ini menggunakan penelitian analitik dengan pendekatan *cross- sectional*. Populasi penelitian 85 responden dengan sampel sebanyak 70 responden dengan pengambilan sampel secara *Purposive Sampling*. Variabel independen yaitu pola makan dan variabel dependen yaitu kadar asam urat. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) dan di analisis menggunakan uji *rank spearman*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir setengahnya (57,1%) sebanyak 40 lansia memiliki pola makan yang tinggi dan sebagian besar (57,1%) sebanyak lansia memiliki kadar asam urat yang tinggi. Dari hasil uji *rank sprearman* didapatkan nilai *sig* 0,00 (hubungan sangat lemah) dengan nilai koefisien *correlation* 0,979 dengan tingkat hubungan sangat kuat dan didapat pula $p = 0,000$ dengan nilai $\alpha = 0,05$ berarti $p < \alpha$ maka H_0 ditolak artinya ada hubungan pola makan dengan kadar asam urat pada lansia.

Simpulan penelitian ini adalah semakin tinggi pola makan lansia maka semakin tinggi juga kadar asam uratnya. Disarankan lansia menjaga pola makannya dan mengonsumsi makanan yang sehat seperti sayur, ikan, buah- buahan, mengonsumsi air putih yang cukup dan melakukan cek kadar asam urat satu bulan satu kali agar terhindar dari penyakit asam urat.

Kata kunci : Kadar asam urat, Lansia dan Pola makan