

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Asam Urat**

##### **1. Pengertian Asam Urat**

Asam urat adalah hasil akhir dari katabolisme (pemecahan) suatu zat yang bernama purin. Asam urat merupakan hasil buangan dari zat purin ini (Noviyanti, 2015). Asam urat adalah penyakit yang timbul akibat pengendapan kristal asam urat di persedian. Kebanyakan yang terkena asam urat adalah kaum pria dan jarang sekali menimpa orang-orang yang belum dewasa (Razak,2015).

Asam urat adalah adanya peradangan pada sendi atau otot yang disebabkan dari berlebihannya kadar asam urat dalam darah manusia. Hal ini disebabkan oleh berlebihnya jumlah makanan yang banyak mengandung purin yang masuk ke dalam tubuh manusia, sedangkan kemampuan ginjal yang membuang purin dalam darah terbatas (Supriyadi,2014).

Berdasarkan beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa asam urat adalah penyakit yang menyerang dibagian persendian yang diakibatkan karena konsumsi purin yang berlebihan.

##### **2. Penyebab Asam Urat**

- a. Menurut Umar (2012) penyebab asam urat yang berlebihan pada tubuh bisa disebabkan oleh penyebab primer dan penyebab sekunder.

- 1) Penyebab primer

Adanya faktor keturunan dan gangguan hormon yang menyebabkan terjadinya gangguan pengolahan (metabolisme), sehingga terjadi peningkatan produksi asam urat. Selain itu berkurangnya pengeluaran asam urat dari tubuh juga bisa menimbulkan kenaikan kadar asam urat dalam tubuh.

2) Penyebab sekunder

Apabila meningkatnya jumlah asam urat ini disebabkan oleh konsumsi makanan yang mengandung kadar purin yang tinggi. Jadi, lebih tepatnya karena kesalahan pasien itu sendiri.

b. Menurut Fitriana (2015) adapun faktor yang menyebabkan asam urat antara lain yaitu:

1) Asupan purin yang berlebihan

Proses terjadinya penyakit asam urat pada awalnya disebabkan oleh konsumsi zat yang mengandung purin secara berlebihan. Setelah zat purin dalam jumlah banyak sudah masuk ke dalam tubuh, kemudian melalui metabolisme, purin tersebut berubah menjadi asam urat. Makanan yang banyak mengandung kadar purin tinggi, di antaranya terdapat dalam sayur, misalnya daun singkong, daun dan buah melinjo, bayam, buncis dan kacang-kacangan. Purin juga ditemukan dalam daging kambing, jeroan, burung dara dan juga bebek. Dan untuk makanan jenis seafood, purin dapat dijumpai pada tubuh kepiting dan cumi. Selain itu

mengonsumsi alcohol atau kafein secara terus-menerus juga dapat menyebabkan asam urat.

2) Faktor genetik dan hormonal

Penyakit asam urat termasuk dalam kategori penyakit yang tidak diketahui penyebabnya secara klinis. Sejauh ini, banyak yang menduga bahwa asam urat berkaitan erat dengan faktor genetik dan faktor hormonal.

3) Adanya penyakit komplikasi

Penyebab lain dari asam urat adalah adanya kegagalan fungsi ginjal dalam mengeluarkan asam urat melalui air seni. Ginjal tidak dapat membuang asam urat karena mengalami peningkatan kandungan asam.

Selain penyakit ginjal, penyakit yang dapat memicu munculnya asam urat adalah terganggunya fungsi organ tubuh, seperti gangguan fungsi hati, saluran kemih, penderita diabetes, hipertensi, kanker darah dan hipotroid, penggunaan obat-obatan seperti TBC, INH, pirazinamida dan etambutol, serta obat dalam golongan diuretic.

Penyebab asam urat juga sering diasumsikan berasal dari kondisi alami dari tubuh. Kondisi tubuh yang buruk terjadi karena pola makan yang salah. Oleh karena itu, untuk menghindari asam urat, anda harus mulai memperhatikan, kemudian menghindari berbagai makanan yang berpotensi menyebabkan asam urat.

### 3. Gejala Asam Urat

Menurut kusumayanti (2014) menjelaskan bahwa gejala asam urat diantaranya sebagai berikut:

- 1) Rasa nyeri hebat dan mendadak pada ibu jari kaki dan jari kaki
- 2) Terganggunya fungsi sendi yang biasanya terjadi di satu tempat, sekitar 70-80 % pada pangkal ibu jari
- 3) Terjadi hiperurikemia dan penimbunan kristal asam urat dalam cairan dan jaringan sendi, ginjal, tulang rawan dan lain-lain
- 4) Telah terjadi >1 kali serangan di persendian (arthritis) yang bersifat akut
- 5) Adanya serangan nyeri pada satu sendi, terutama sendi ibu jari kaki. Serangan juga biasa terjadi di tempat lain seperti pergelangan kaki, punggung kaki, lutut, siku, pergelangan tangan atau jari-jari tangan
- 6) Sendi tampak kemerahan
- 7) Peradangan disertai demam (suhu tubuh >38oC), dan pembengkakan tidak simetris pada satu sendi dan terasa panas
- 8) Nyeri hebat di pinggang bila terjadi batu ginjal akibat penumpukan asam urat di ginjal;

### 4. Dampak Asam Urat

- 1) Asam urat mengakibatkan nyeri sendi. Rasa nyeri ini disebabkan karena adanya penumpukan kadar asam urat dicelah sendi dan menimbulkan peradangan.

2) Para orang yang menderita asam urat dalam kadar tinggi, batu ginjal dapat berkembang. Biasanya batu ginjal itu tidak terdeteksi sampai mereka terjebak dalam ureter yang dapat menyebabkan rasa sakit luar biasa dan membuat seseorang sering buang air kecil. Kemudian, kencing darah, mual bahkan juga muntah. Gejalanya yang klasik juga nyeri yang intens tiba-tiba dalam perut, panggul dan daerah pangkal paha yang cenderung datang bertubi-tubi (Fitriana, 2015).

#### 5. Cara penyembuhan Asam Urat

Penyakit asam urat dapat disembuhkan dan dikelola dengan baik melalui perawatan medis dan strategi manajemen diri. Perawatan untuk serangan asam urat terdiri dari obat anti inflamasi nonsteroid (OAINS) seperti: ibuprofen, steroid, dan obat anti inflamasi colchicine. Pencegahan serangan adalah dengan mengubah pola makan dan gaya hidup, seperti: menurunkan berat badan, membatasi alkohol, mengurangi makan makanan kaya purin (seperti daging merah atau jeroan).

Mengubah atau menghentikan obat yang terkait dengan hiperurisemia (seperti diuretik) juga dapat membantu. Untuk orang yang sering mengalami serangan asam urat atau asam urat berkepanjangan, dokter dapat merekomendasikan terapi pencegahan untuk menurunkan kadar asam urat dalam darah menggunakan obat-obatan seperti allopurinol, febuxostat, dan pegloticase. Selain

perawatan medis, asam urat dapat dikelola dengan strategi manajemen diri. Manajemen diri adalah apa yang dilakukan sehari-hari untuk mengelola kondisi dan tetap sehat.

Menurut Fitriana, (2015) ada beberapa cara untuk mengobati penyakit asam urat adalah sebagai berikut:

- 1) Menghindari berbagai jenis makanan yang menjadi pantangan bagi penderita asam urat.
- 2) Mengurangi aktivitas fisik yang berat.
- 3) Istirahat yang cukup dan tidak bergadang pada waktu malam hari.
- 4) Menggunakan air hangat untuk mandi. Karena, air hangat dapat memperlancar pergerakan sendi.
- 5) Minum air kelapa murni tanpa campuran dan air minimal 2 liter setiap harinya. Air kelapa ini berkhasiat sebagai penetral racun yang dapat menurunkan kadar asam urat dalam darah.
- 6) Terapi bekam, ini untuk membantu dalam hal membersihkan darah yang berada di bagian kulit paling luar. Bekam sangat efektif untuk mengurangi kadar asam urat yang ada dalam permukaan kulit. Karena darah yang sudah dibekam tidak akan pernah kembali ke hati untuk disaring dan diperbaharui

#### 6. Diet penderita Asam Urat akut maupun kronis.

Diet yang disarankan untuk penderita asam urat diantaranya, (Fitriana,2015).

- 1) Pembatasan makanan berkadar purin.

- 2) Mengonsumsi karbohidrat kompleks tidak kurang dari 100 gram/hari.
- 3) Cukup protein, yaitu 10%-15% dari kebutuhan energi.
- 4) Jumlah kalori sesuai dengan kebutuhan tubuh.
- 5) Rendah lemak Tinggi cairan

Menurut angka kecukupan gizi (Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019) Penderita asam urat memerlukan konsumsi air putih.

Tabel. 2.1 Konsumsi Air Putih

Usia	Laki-laki	Perempuan
19-64 tahun	Minimal 2500 ml (11 gelas*)	Minimal 2350 ml (11 gelas*)
65-80 tahun	Minimal 1800 ml (8 gelas*)	Minimal 1550 ml (7 gelas*)
>80 tahun	Minimal 1600 ml (7 gelas*)	Minimal 1400ml (6 gelas*)

\* : Aitem tersebut menjelaskan “Setara”

## 7. Batasan asam urat

Kadar asam urat normal dalam darah menurut WHO (2014) adalah:

- 1) Pada laki-laki dewasa kadar normal asam uratnya adalah sekitar 2 – 7,5 mg/dL, sementara itu pada wanita yang sudah dewasa adalah 2 – 6,5 mg/dL.
- 2) Pada laki-laki dengan usia diatas 40 tahun kadar normal asam uratnya 2 – 8,5 mg/dL, pada wanita 2 – 8 mg/dL

- 3) Anak-anak yang berusia 10 – 18 tahun kadar asam uratnya 3,6 – 5,5 mg/dL, sementara itu pada anak wanita 3,6 – 4 mg/dL

Menurut DEPKES RI (2003) asam urat adalah bagian dari metabolisme purin, namun apabila tidak berlangsung secara normal maka akan terjadi sebuah proses penumpukan kristal dari asam urat pada persendian yang bisa mengakibatkan rasa sakit yang cukup tinggi. Sebenarnya asam urat sudah ada pada tubuh kita dan bukan suatu penyakit, asal asam urat tersebut dalam nilai yang normal. Kadar asam urat : Pria: 3,4 - 7,0 mg/dL dan Wanita: 2,4 - 5,7 mg/Dl.

#### 8. Kriteria makanan dengan kandungan purin

Hampir semua bahan yang dikonsumsi manusia mengandung zat purin. Berdasarkan kadar purin yang dikandung, bahan makanan dibedakan menjadi tiga, yaitu bahan makanan dengan kandungan purin tinggi (golongan A), bahan makanan dengan kandungan purin sedang (golongan B) dan bahan makanan yang mengandung purin rendah (golongan C). Makanan yang masuk dalam golongan A memiliki potensi tertinggi meningkatkan kadar asam urat dalam darah, disusul golongan B dan golongan C (Noviyanti, 2015).

- 1) Golongan A : tinggi purin (50-1000 mg/100 gram) terdiri dari : kerang-kerangan, otak, hati, jantung, paru, daging bebek, telur ikan, ikan sarden, remis, ikan herring, makarel, alkohol dan ragi (tape), makanan yang diawetkan/kalengan, ginjal, jeroan, ekstrak daging/kaldu, daging angsa, burung dara.



- 2) Golongan B : kandungan purin sedang (50-150 mg/100 gram) terdiri dari: ikan kecuali yang termasuk golongan A, daging sapi, kecuali bagian-bagian yang termasuk dalam golongan A, daging ayam, daging unggas kecuali yang termasuk golongan A, udang, asparagus, daun singkong, jamur, bayam, daun pepaya, kembang kol, kapri, tahu, tempe, kangkung, daun dan biji melinjo, buncis dan kacang-kacangan.
- 3) Golongan C : rendah purin (0-15 mg/100 gram) terdiri dari: roti, makaroni, mie/bihun, crackers, susu, keju, serella, telur (Noviyanti, 2015).

## B. Pola Makan

### 1. Pengertian pola makan

Pola makan atau pola konsumsi pangan merupakan susunan jenis dan jumlah pangan yang dikonsumsi seseorang atau kelompok orang pada waktu tertentu (Baliwati, 2010).

Pola makan dapat diartikan sebagai cara seseorang atau sekelompok orang untuk memilih makanan dan mengkonsumsinya sebagai reaksi pengaruh–pengaruh fisiologi, psikologi, budaya dan sosial (Sulistyoningsih, 2010).

Santosa dan Ranti (2011) mengungkapkan bahwa pola makan merupakan berbagai informasi yang memberi gambaran mengenai macam

dan jumlah bahan makanan yang dimakan tiap hari oleh suatu orang dan merupakan ciri khas untuk suatu kelompok masyarakat tertentu.

Pola makan yang baik mengandung makanan sumber energi, sumber zat pembangun dan sumber zat pengatur, karena semua zat gizi diperlukan untuk pertumbuhan dan pemeliharaan tubuh serta perkembangan otak dan produktifitas kerja, serta dimakan dalam jumlah cukup sesuai dengan kebutuhan. Dengan pola makan sehari-hari yang seimbang dan aman, berguna untuk mencapai dan mempertahankan status gizi dan kesehatan yang optimal (Almatsier, S. 2011).

Berdasarkan pengertian pola makan diatas maka dapat disimpulkan bahwa pola makan adalah cara untuk mengatur kuantitas makanan setiap harinya untuk dikonsumsi sehingga dapat meningkatkan kualitas kesehatan untuk tubuh.

## 2. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pola Makan

Pola makan yang terbentuk sangat erat kaitannya dengan kebiasaan makan seseorang. Secara umum faktor yang mempengaruhi terbentuknya pola makan adalah sebagai berikut:

### a. Faktor ekonomi

Faktor ekonomi yang cukup dominan dalam mempengaruhi konsumsi pangan adalah pendapatan keluarga dan harga. Meningkatnya pendapatan akan meningkatkan peluang untuk membeli pangan dengan kuantitas dan kualitas yang lebih baik, sebaliknya penurunan

pendapatan akan menyebabkan menurunnya daya beli pangan baik secara kualitas maupun kuantitas.

b. Faktor sosio budaya

Kebudayaan suatu masyarakat mempunyai kekuatan yang cukup besar untuk mempengaruhi seseorang dalam memilih dan mengolah pangan yang akan dikonsumsi. Kebudayaan menuntun orang dalam cara bertingkah laku dan memenuhi kebutuhan dasar biologinya, termasuk kebutuhan terhadap pangan.

c. Agama

Pantangan yang didasari agama, khususnya Islam disebut haram dan individu yang melanggar hukumnya berdosa. Konsep halal dan haram sangat mempengaruhi pemilihan bahan makanan yang akan dikonsumsi.

d. Pendidikan

Pendidikan dalam hal ini biasanya dikaitkan dengan pengetahuan, akan berpengaruh terhadap pemilihan bahan makanan dan pemenuhan kebutuhan gizi.

e. Lingkungan

Faktor lingkungan cukup besar pengaruhnya terhadap pembentukan perilaku makan. Lingkungan yang dimaksud dapat berupa lingkungan keluarga, sekolah, serta adanya promosi melalui media elektronik maupun cetak. Kebiasaan makan dalam keluarga.(Sulistyoningsih, 2011).

### 3. Metode pengukuran pola makan

Metode *Food Frequency* (metode frekuensi makanan) adalah untuk memperoleh data tentang frekuensi konsumsi sejumlah bahan makanan atau makanan jadi selama periode tertentu seperti hari, minggu, bulan atau tahun.

Selain itu dengan metode frekuensi makanan dapat memperoleh gambaran pola konsumsi bahan makanan secara kualitatif, tapi karena periode pengamatannya lebih lama dan dapat membedakan individu berdasarkan ranking tingkat konsumsi zat gizi, maka cara ini paling sering digunakan dalam penelitian epidemiologi gizi sebagai ilmu yang mempelajari distribusi dan determinan dari faktor yang berhubungan kesehatan dan aplikasi bagian hasil studi untuk mengendalikan masalah kesehatan..

Kuesioner frekuensi makanan memuat tentang daftar bahan makanan atau makanan dan frekuensi penggunaan makanan tersebut pada periode tertentu. Bahan makanan yang ada dalam daftar kuesioner tersebut adalah yang dikonsumsi dalam frekuensi yang cukup sering oleh responden. (Utami, 2012).

### 4. Komponen pola makan

Indikator dalam pengukuran pola makan adalah Indikator kualitatif dan kuantitatif, metode kualitatif adalah frekuensi makanan dan jenis makanan sedangkan kuantitatif adalah jumlah nilai gizi makanan yang dikonsumsi.

Secara umum pola makan memiliki 3 (tiga) komponen yang terdiri dari: jenis, frekuensi, dan jumlah makanan:

a. Jenis makan

Jenis makan adalah sejenis makanan pokok yang dimakan setiap hari terdiri dari makanan pokok, Lauk hewani, Lauk nabati, Sayuran, dan Buah yang dikonsumsi setiap hari. Makanan pokok adalah sumber makanan utama di negara Indonesia yang dikonsumsi setiap orang atau sekelompok masyarakat yang terdiri dari beras, jagung, sagu, umbi-umbian, dan tepung (Sulistyoningsih, 2011).

b. Frekuensi makan

Frekuensi makan adalah beberapa kali makan dalam sehari meliputi makan pagi, makan siang, makan malam dan makan selingan (Depkes, 2013). Sedangkan menurut Suhardjo (2009) frekuensi makan merupakan berulang kali makan sehari dengan jumlah tiga kali makan pagi, makan siang, dan makan malam.

c. Jumlah makan

Jumlah makan adalah banyaknya makanan yang dimakan dalam setiap orang atau setiap individu dalam kelompok (Willy, 2011).

### C. Dewasa Tua

Masa dewasa tua merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia. Masa dewasa tua merupakan masa perubahan dari masa dewasa ke masa dewasa madya yang meliputi perubahan penampilan fisik yang

dikarenakan penuaan, kesepian yang disebabkan oleh kehilangan pasangan hidup dan anak-anak yang sudah berkeluarga. Selain itu pekerjaan yang sudah purna jabatan yang sangat dimungkinkan pendapatan sudah tidak lagi diperoleh seperti saat masa muda. Pada masa ini pula sudah bisa dipastikan bahwa tugas perkembangan di masa dewasa tua ada peralihan.(Hurloc, Desember 2014)

individu dewasa tua berada pada rentang usia 40-60 tahun, mulai meninggalkan ciri-ciri jasmani dan perilaku masa dewasanya dan memasuki suatu periode dalam kehidupan dengan ciri-ciri jasmani dan perilaku yang baru. Masa ini juga ditandai dengan menurunnya kemampuan fisik dan semakin besarnya tanggung jawab yang dimiliki. Kerutan di wajah mulai terlihat, mulai mengalami menopause, serta penyakit kronis dan akut pun mulai terdeteksi. Hal ini menyebabkan timbulnya pikiran mengenai berapa banyak waktu yang tersisa dalam hidup individu (Hurlock, 2011)

Karakteristik Usia Madya Menurut Hurlock tahun 2011 terdapat beberapa karakteristik atau ciriciri pada masa dewasa madya, yaitu :

1. Usia dewasa tua merupakan usia yang sangat ditakuti

Diakui bahwa semakin mendekati usia tua, usia dewasa tua semakin terlihat lebih menakutkan dari seluruh kehidupan manusia. Oleh karena itu orang-orang dewasa tua tidak akan mau mengakui bahwa mereka sudah mencapai usia tersebut.

2. Usia dewasa tua merupakan masa transisi

demikian pula usia dewasa tua merupakan masa di mana pria dan wanita meninggalkan ciri-ciri jasmani dan perilaku masa mudanya dan memasuki suatu periode dalam kehidupan yang akan diliputi oleh ciri-ciri jasmani dan perilaku baru.

3. Usia dewasa tua adalah masa stress

kenyataannya secara radikal terhadap peran dan pola hidup yang berubah, khususnya bila disertai dengan beberapa perubahan fisik, sering cenderung merusak homeo stasis fisik dan psikologis seseorang dan menuju ke masa stress, suatu masa bila sejumlah penyesuaian yang pokok harus dilakukan di rumah, bisnis, dan aspek social kehidupan mereka.

4. Usia dewasa tua adalah usia yang berbahaya

Ciri keempat dari usia dewasa tua adalah bahwa umumnya usia ini dianggap sebagai usia yang berbahaya dalam rentang kehidupan.

5. Usia dewasa tua adalah usia canggung

Sama halnya remaja, bukan anak-anak dan bukan juga muda, demikian juga pria dan wanita berusia 40-60 tahun bukan “muda” lagi tapi bukan juga tua. “orang yang berusia dewasa tua seolah-olah berdiri di antara Generasi Pemberontak yang lebih muda dan Generasi Warga Senior”.

6. Usia dewasa tua adalah masa berprestasi

usia dewasa tua merupakan masa krisis “generativitas”(generativity) kecenderungan untuk menghasilkan maupun stagnasi kecenderungan untuk tetap berhenti akan dominan.

7. Usia dewasa tua merupakan masa evaluasi

Karena usia dewasa tua ini pada umumnya merupakan saat pria dan wanita mencapai puncak prestasinya, maka logisnya apabila masa ini juga merupakan saat mengevaluasi prestasi tersebut berdasarkan asumsi mereka semua harapan-harapan orang lain, khususnya anggota keluarga dan teman.

8. Usia dewasa tua dievaluasi dengan standar ganda

Ciri kedelapan dari usia dewasa tua adalah bahwa masa ini dievaluasi dengan standar ganda, satu standar bagi pria dan satu lagi bagi wanita. Walaupun perkembangannya mengarah ke persamaan peran antara pria dan wanita baik itu di rumah, perindustrian, perusahaan, profesi maupun dalam kehidupan sosial, namun masih ada standar ganda terhadap usia.

9. Usia dewasa tua merupakan masa sepi

Kesembilan dari usia dewasa tua adalah bahwa masa ini dialami masa sepi (*empty nest*), masa anak-anak tidak akan lama lagi tinggal bersama orangtua. Kecuali dari beberapa kasus di mana pria dan wanita menikah lebih lambat dibandingkan dengan usia rata-ratanya, atau menunda kelahiran anak jadi mereka lebih mapan dalam karir, atau mempunyai keluarga besar sepanjang masa, usia dewasa tua merupakan masa sepi dalam kehidupan perkawinan.

10. Usia dewasa tua merupakan masa jenuh



Banyak atau hampir semua pria dan wanita mengalami kejenuhan pada akhir usia 40an dan 50an. Para laki-laki mejadi jenuh dengan kegiatan rutin sehari-harinya dan kehidupan bersama keluarga yang hanya memberikan sedikit hiburan.

#### D. POSBINDU

##### 1. Pengertian

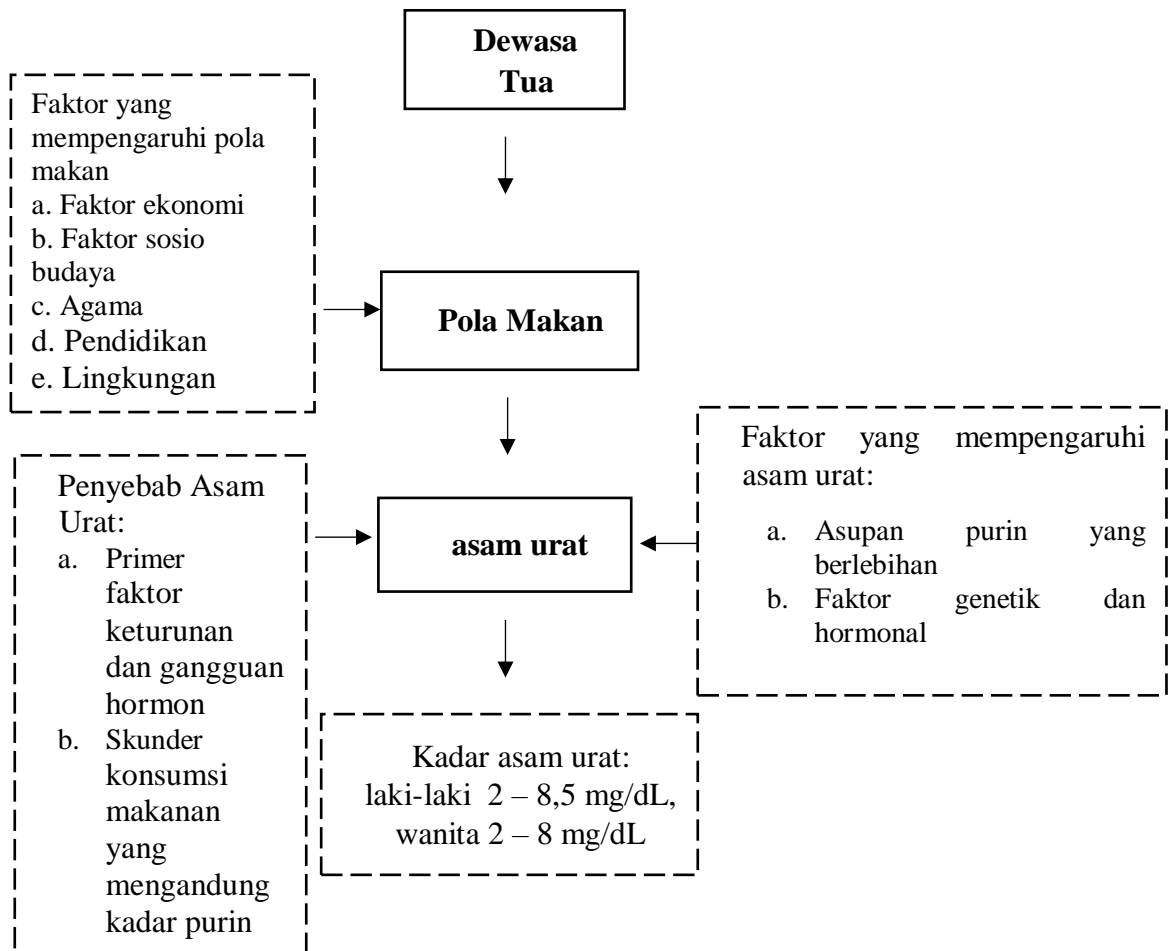
Pos Pembinaan Terpadu (POSBINDU) adalah peran serta masyarakat dalam melakukan kegiatan deteksi dini dan monitoring terhadap faktor risiko serta tindak lanjutnya yang dilaksanakan secara terpadu, rutin, dan periodik. Pelaksanaan tindak lanjutnya dalam bentuk konseling dan rujukan ke fasilitas pelayanan kesehatan dasar. Upaya pengembangan program POSBINDU sedang gencar dilakukan, dan harapan ke depan POSBINDU dapat dijadikan “kendaraan program” pengendalian penyakit tidak menular di masyarakat. Agar upaya ini dapat berjalan dengan baik, benar, dan tepat sasaran perlu disusun satu pedoman untuk melaksanakannya sehingga implementasi dari POSBINDU mempunyai daya ungkit dalam pengendalian faktor risiko , (Panduan POSBINDU, Kemenkes 2012)

##### 2. Adapun jenis kegiatan Posbindu meliputi :

- a. Melakukan wawancara untuk menggali informasif aktorresiko keturunan dan perilaku;

- b. Melakukan penimbangan dan mengukur lingkar perut, serta Indeks Massa Tubuh termasuk analisa lemak tubuh;
- c. Melakukan pengukuran tekanan darah;
- d. Melakukan pemeriksaan gula darah;
- e. Melakukan pengukuran kadar lemak darah (kolesterol total dan trigliserida);
- f. Melakukan pemeriksaan fungsi paru sederhana (Peakflowmeter);
- g. Pemeriksaan IVA (Inspeksi Visual Asetat) oleh tenaga dokter dan bidan terlatih di puskesmas;
- h. Melaksanakan konseling (diet, merokok, stress, aktifitas fisik dan lain-lain) dan penyuluhan kelompok termasuk sarasehan;
- i. Melakukan olah raga/aktifitas fisik bersama dan kegiatan lainnya;
- j. Melakukan rujukan kePuskesmas

## E. Kerangka Teori



Keterangan :

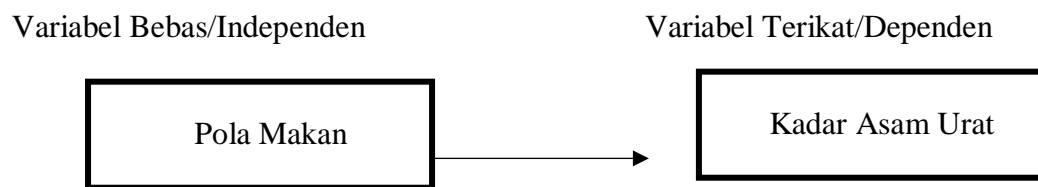
- : yang diteliti  
 : yang tidak diteliti  
→ : Mempengaruhi

Gambar 2.1 Kerangka Teori

Sumber : Fitriana (2015), Sulistyoningsih (2011), WHO (2014)

## F. Kerangka Konsep

kerangka konsep adalah suatu hubungan atau kaitan antara konsep satu terhadap konsep yang lainnya dari masalah yang akan diteliti (Hidayat 2017). kerangka konsep penelitian dimaksudkan untuk membatasi ruang lingkup dan mengarah Penelitian yang dilakukan kerangka konsep dalam penelitian ini sebagai berikut



Gambar : 2.2. Kerangka Konsep

## G. Hipotesis

Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul (Hidayat: 2017). Berdasarkan uraian di atas dapat dirumuskan hipotesis sebagai berikut:

H<sub>1</sub> : “Ada hubungan pola makan dengan kadar asam urat pada orang dewasa tua di posbindu desa gilis kecamatan tangen”