

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DAN AKTIVITAS DENGAN  
SKALA NYERI ASAM URAT PADA LANSIA  
DI DESA SISER LAREN LAMONGAN**

**SKRIPSI**



**SITI NIKMATUL KHOIRIYAH**  
**NIM: 17.02.01.2372**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN**

**2021**

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DAN AKTIVITAS DENGAN  
SKALA NYERI ASAM URAT PADA LANSIA  
DI DESA SISER LAREN LAMONGAN**

**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Prodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Lamongan Sebagai Salah Satu  
Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan**

**ST. NIKMATUL KHOIRIYAH  
NIM. 17.02.01.2372**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN  
2021**

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

NAMA : ST. NIKMATUL KHOIRIYAH  
NIM : 1702012372  
TEMPAT, TANGGAL LAHIR : LAMONGAN, 08 MEI 1998  
INSTITUSI : UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH  
LAMONGAN

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul: ” Hubungan Gaya Hidup Dan Aktivitas Dengan Skala Nyeri Asam Urat di Desa Siser Laren Lamongan” adalah bukan skripsi orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi akademis.

Lamongan, 22 Mei 2021

yang menyatakan

  
**ST. NIKMATUL KHOIRIYAH**  
**NIM. 17.02.01.2372**

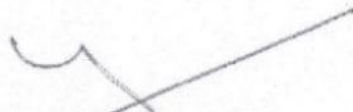
## LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh : ST. NIKMATUL KHOIRIYAH  
NIM : 1702012372  
Judul : HUBUNGAN GAYA HIDUP DAN AKTIVITAS DENGAN  
SKALA NYERI ASAM URAT DI DESA SISER  
KECAMATAN LAREN KABUPATEN LAMONGAN

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Skripsi Pada  
Tanggal: 24 Mei 2021

Oleh :  
Mengetahui :

Pembimbing I



Arifal Aris, S.Kep., Ns., M.Kes  
NPP. 1978 08 21 2006 01 015

Pembimbing II



H. Alifin, S.KM., M.Kes  
NPP. 19610421 200508 004

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Oleh : ST. NIKMATUL KHOIRIYAH  
NIM : 1702012372  
Judul : HUBUNGAN GAYA HIDUP DAN AKTIVITAS DENGAN  
SKALA NYERI ASAM URAT PADA LANSIA DIDESA  
SISER KECAMATAN LAREN KABUPATEN LAMONGAN

Telah Diuji Dan Disetujui Oleh Tim Penguji Pada Ujian Skripsi  
Di Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi S1-Keperawatan  
Universitas Muhammadiyah Lamongan

Tanggal: 08 Juni 2021

### PANITIA PENGUJI

Ketua : 1. Dr. H. Masram., M.M.,M.Pd  
Anggota : 1. Arifal Arias, S. Kep., Ns., M. Kes  
2. H. Alifin, S. KM.,M. Kes

Tanda Tangan

.....  
.....  
.....

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Lamongan



Arifal Arias, S. Kep., Ns., M. Kes  
NPP. 1978 08 21 2006 01 015

## **KURIKULUM VITAE**

Nama : ST. NIKMATUL KHOIRIYAH

Tempat, Tanggal Lahir : Lamongan, 08 Mei 1998

Alamat : Desa Siser, RT 01/RW 01, Kecamatan Laren, Kabupaten  
Lamongan

Pekerjaan : Mahasiswa

Riwayat Pendidikan :

1. TK Thoriqotul Hidayah Siser : Lulus Tahun 2004
2. MI Thoriqotul Hidayah Siser : Lulus Tahun 2010
3. MTS Mamba'us Sholihin Gresik : Lulus Tahun 2013
4. MA Mamba'us Sholihin Gresik : Lulus Tahun 2016
5. Prodi S-1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan mulai tahun 2017 sampai sekarang

## **HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO**

“Manusia diciptakan untuk berguna, bukan untuk sempurna, maka lakukanlah semua kebaikan mesti itu tidak sempurna. Dan kamu bukan adzan magrib yang dapat membahagiakan setiap orang yang sedang puasa untuk menunggu berbuka. Maka dari itu, lakukan kebaikan semampumu, dan biarkan Allah yang menyempurnakan Langkah-langkahmu, karena engkau tidak mampu menyenangkan semua orang. Oleh karena itu, cukup bagimu memperbaiki hubunganmu dengan Allah dan jangan terlalu peduli dengan penilaian manusia.”

- “Imam Syafi’i”-

### **PERSEMBAHAN**

1. Kedua orang tuaku, Bapak Amir dan Ibu Windarti, terima kasih karena telah menjagaku melalui doa-doa dan kasih sayangmu setiap hari, karena merekalah hidup terasa mudah dan penuh kebahagiaan.
2. Saudaraku M. Taufiq Muttqin dan Ana Oktavia Latifah yang selalu mensupport, dan keponakanku Muhammad Azfar Umran Muttaqin yang selalu menghiburku.
3. Bapak ibu dosen beserta pembimbing yang telah memberikan banyak masukan dan bimbingan untuk membantu terselesaikannya skripsi ini.
4. Teman-teman seperjuangan khususnya kelas A keperawatan angkatan 2017 yang sudah banyak memberikan cerita suka maupun duka, semoga pertemanan kita tetap terjalin erat dan tetap selalu solid.

## ABSTRAK

Khoiriyah, St. Nikmatul. 2021. **Hubungan Gaya Hidup Dan Aktivitas Dengan Skala Nyeri Asam Urat Di Desa Siser Laren Lamongan**. Skripsi Program S-1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan Pembimbing (1) Arifal Aris, S. Kep., Ns., M. Kes (2) H. Alifin, S. Km., M. Kes

Asam urat terjadi akibat terjadinya penumpukan zat purin didalam tubuh secara berlebihan, ginjal tidak mampu mengeluarkan zat purin sehingga zat purin mengkristal dan menjadi asam urat. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan gaya hidup dan aktivitas dengan skala nyeri asam urat di Desa Siser Laren Lamongan. Penelitian ini menggunakan desain penelitian Cross Sectional, dengan tehnik total sampling didapatkan 50 responden. Data penelitian ini diambil dengan menggunakan kuesioner tertutup dan lembar observasi. Setelah ditabulasi data dianalisis dengan menggunakan uji spearman rank ( $\rho$ ) dengan tingkat kemaknaan 0,05.

Hasil penelitian ini menunjukkan Sebagian besar lansia mempunyai gaya hidup buruk sebanyak 28 (56%), dan hampir semua lansia mempunyai aktivitas berat sebanyak 37 (74%), dan Sebagian besar lansia memiliki skala nyeri berat 19 (38%). Sedangkan dari hasil uji statistic diperoleh bilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ) artinya ada hubungan gaya hidup dengan skala nyeri asam urat dan diperoleh nilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ) artinya ada hubungan aktivitas dengan skala nyeri asam urat.

Maka diharapkan keluarga untuk selalu mengontrol gaya hidup dan aktivitas lansia supaya lansia melakukan aktivitasnya secara mandiri.

**Kata Kunci:** *gaya hidup, aktivitas, skala nyeri asam urat*



## ABSTRACT

Khoiriyah, St. Nikmatul. 2021. Relationship between Lifestyle and Activity with Gout Pain Scale in Siser Laren Village, Lamongan. Thesis for Undergraduate Nursing Program at Muhammadiyah University of Lamongan Supervisor (1) Arifal Aris, S. Kep., Ns., M. Kes (2) H. Alifin, S. Km., M. Kes

Uric acid occurs due to excessive accumulation of purines in the body, the kidneys are unable to remove purines so that the purine substances crystallize and become uric acid. The purpose of this study was to determine the relationship between lifestyle and activity with the scale of gout pain in Siser Laren Village, Lamongan. This study used a cross sectional research design, with a total sampling technique of 50 respondents. The research data were collected using a closed questionnaire and observation sheet. After tabulation, the data were analyzed using the Spearman rank ( $\rho$ ) test with a significance level of 0.05.

The results of this study showed that most of the elderly had a bad lifestyle as much as 28 (56%), and almost all the elderly had strenuous activity as much as 37 (74%), and most of the elderly had a severe pain scale of 19 (38%). Meanwhile, the statistical test results obtained  $p$  value = 0.000 ( $p < 0.05$ ), which means that there is a relationship between lifestyle and gout pain scale and the value of  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ) is obtained, meaning that there is a relationship between activity and gout pain scale.

So it is hoped that the family will always control the lifestyle and activities of the elderly so that the elderly can carry out their activities independently.

**Keywords:** lifestyle, activity, gout pain scale

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Gaya Hidup Dan Aktivitas Dengan Skala Nyeri Asam Urat Pada Lansia di Desa Siser Laren Lamongan” sesuai waktu yang ditentukan.

Skripsi ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.

Dalam penyusunan, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat Bapak/ Ibu :

1. Drs. Budi Utomo, M.Kes, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Lamongan.
2. Arifal Aris, S. Kep., Ns., M. Kes., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.
3. Suratmi, S. Kep., Ns., M. Kep., selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.
4. Arifal Aris, S. Kep., Ns., M. Kes., selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.
5. H. Alifin, S. KM., M. Kes selaku pembimbing II, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.
6. Semua pihak yang telah memberikan dukungan moril dan materil dalam terselesaikannya skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberi balasan pahala atas semua amal kebaikan yang diberikan. Penulis menyadari skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan, akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, 22 Mei 2021

A handwritten signature in brown ink, appearing to be 'M. H. H.', written in a cursive style.

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR HALAMAN</b> .....	<b>i</b>
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>KURIKULUM VITAE</b> .....	<b>v</b>
<b>HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xviii</b>
<b>DAFTAR SIMBOL DAN SINGKATAN</b> .....	<b>xviii</b>
<b>BAB 1</b> .....	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	5
1.3 Tujuan Penelitian .....	5
1.3.1 Tujuan Umum .....	5
1.3.2 Tujuan Khusus .....	6
1.4 Manfaat Penelitian .....	6
1.4.1 Bagi Peneliti .....	6
1.4.2 Bagi Praktis .....	6
<b>BAB 2</b> .....	<b>8</b>
<b>TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>8</b>
2.1 Konsep Gaya Hidup .....	8
2.1.1 Pengertian Gaya Hidup .....	8

2.1.2	Faktor yang Mempengaruhi Gaya Hidup .....	9
2.1.3	Manfaat Hidup Sehat Setiap Hari.....	11
2.1.4	Gaya Hidup Penderita Asam Urat .....	11
2.1.5	Cara Menjaga Gaya Hidup Sehat .....	12
2.2	Konsep Aktivitas.....	15
2.2.1	Pengertian Aktivitas .....	15
2.2.2	Faktor Yang Mempengaruhi Aktivitas .....	16
2.2.3	Cara Melakukan Aktivitas Yang Benar .....	17
2.2.4	Macam-Macam Aktivitas Yang Sesuai Bagi Lansia Diindonesia .....	18
2.3.5	Manfaat Aktivitas .....	20
2.3	Konsep Asam Urat .....	21
2.3.1	Pengertian Asam Urat.....	211
2.3.2	Penyebab Asam Urat .....	22
2.3.3	Faktor Risiko .....	23
2.3.4	Gejala Penyakit Asam Urat.....	23
2.3.5	Faktor Pemicu Penyakit Asam Urat .....	25
2.3.6	Larangan Bagi penderita Asam Urat .....	25
2.3.7	Usia Rawan Penyakit Asam Urat .....	27
2.3.8	Pencegahan Asam Urat.....	28
2.3.9	Pengobatan Asam Urat .....	29
2.3.10	Kaitan Asam Urat Dengan Penyakit Lain.....	300
2.4	Konsep Nyeri.....	32
2.4.1	Pengertian Nyeri.....	32
2.4.2	Klasifikasi Nyeri.....	32
2.4.3	Pengukuran Intensitas Nyeri .....	32
2.5	Kerangka Konsep Penelitian .....	36
2.6	Hipotesis Penelitian.....	36
	<b>BAB 3 .....</b>	<b>40</b>
	<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>40</b>
3.1	Desain Penelitian .....	40
3.2	Waktu Penelitian.....	41

3.3 Kerangka Kerja .....	41
3.4 Sampling Desain (Populasi, Sampel, Sampling) .....	43
3.4.1 Populasi.....	43
3.4.2 Sampel .....	43
3.4.3 Sampling .....	43
3.5 Identifikasi Variabel Dan Definisi Operasional .....	44
3.5.1 Identifikasi Variabel .....	44
3.5.2 Definisi Operasional .....	44
3.6 Pengumpulan dan Analisa Data.....	46
3.6.1 Pengumpulan Data.....	46
3.6.2 Instrumen Pengumpulan Data .....	47
3.6.3 Analisa Data .....	48
3.7 Penyajian Data .....	50
3.8 Cara Penarikan Kesimpulan .....	50
3.9 Etika Penelitian .....	50
3.9.1 <i>Informed Consent</i> atau Persetujuan Menjadi Responden .....	50
3.9.2 <i>Anonimity</i> atau Tanpa Nama .....	51
3.9.3 <i>Confidentiality</i> atau Kerahasiaan .....	51
<b>BAB 4 .....</b>	<b>52</b>
<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>52</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	52
4.1.1 Data Umum .....	52
4.1.2 Data Khusus .....	54
4.2 Pembahasan .....	57
4.2.1 Gaya Hidup Penderita Asam Urat .....	57
4.2.2 Aktivitas Pada Penderita Asam Urat .....	58
4.2.3 Skala Nyeri Pada Penderita Asam Urat .....	59
4.2.4 Hubungan Gaya Hidup Penderita Dengan Skala Nyeri Asam Urat .....	61
4.2.5 Hubungan Aktivitas Penderita Dengan Skala Nyeri Asam Urat .....	62

<b>BAB 5 .....</b>	<b>65</b>
<b>PENUTUP .....</b>	<b>65</b>
5.1 Kesimpulan.....	65
5.2. Saran.....	65
5.2.1 Bagi Akademik.....	65
5.2.2. Bagi Praktisi .....	66
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>65</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>70</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional Hubungan Gaya Hidup Dan Aktivitas Dengan Skala Nyeri Asam Urat Pada Lansia Didesa Siser Laren Lamongan.....	45
Tabel 4.1 Distribusi Berdasarkan Umur Di Desa Siser Laren Lamongan .....	53
Tabel 4.2 Distribusi Berdasarkan Jenis Kelamin Di Desa Siser Laren Lamongan.....	53
Tabel 4.3 Distribusi Berdasarkan Pendidikan Di Desa Siser Laren Lamongan.....	54
Tabel 4.4. Distribusi Berdasarkan Pekerjaan Di Desa Siser Laren Lamongan.....	54
Tabel 4.5 Distribusi Berdasarkan Gaya Hidup Didesa Siser Laren Lamongan.....	55
Tabel 4.6 Distribusi Berdasarkan Aktivitas Di Desa Siser Laren Lamongan.....	55
Tabel 4.7 Distribusi Berdasarkan Skala Nyeri Di Desa Siser Laren Lamongan.....	55
Tabel 4.8 Distribusi Berdasarkan Gaya Hidup Dengan Skala Nyeri Asam Urat Di Desa Siser Laren Lamongan.....	56
Tabel 4.9 Distribusi Berdasarkan Aktivitas Dengan Skala Nyeri Asam Urat Di Desa Siser Laren Lamongan.....	57



## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Skala <i>Visual Analog Scale</i> (VAS).....	34
Gambar 2.2 Skala <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS).....	34
Gambar 2.3 Skala <i>Faces Pain Rating Scale</i> (FPRS).....	35
Gambar 2.4 Kerangka Kerja Hubungan Gaya Hidup Dan Aktivitas Dengan Skala Nyeri Asam Urat Pada Lansia Di Desa Siser Kecamatan Laren Kabupaten Lamongan.....	36
Gambar 3.1 Kerangka Kerja Hubungan Gaya Hidup Dan Aktivitas Dengan Skala Nyeri Asam Urat Pada Lansia Di Desa Siser Kecamatan Laren Kabupaten Lamongan.....	42

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
Lampiran 1 Jadwal Penyusunan Skripsi .....	70
Lampiran 2 Surat Survey Awal .....	71
Lampiran 3 Surat Balasan Survey Awal .....	72
Lampiran 4 Surat Permohonan Penelitian dari Universitas Muhammadiyah Lamongan .....	73
Lampiran 5 Surat Balasan Melakukan Penelitian dari Desa Siser Laren Lamongan .....	74
Lampiran 6 Lembar Permohonan Menjadi Responden .....	75
Lampiran 7 Lembar Persetujuan menjadi Responden .....	76
Lampiran 8 Lembar Kuesioner Kecanduan Gaya hidup .....	77
Lampiran 9 Lembar Kuesioner Aktivitas .....	80
Lampiran 10 Lembar Observasi .....	82
Lampiran 11 Tabulasi Data .....	85
Lampiran 12 Hasil SPSS .....	86
Lampiran 13 Lembar Konsultasi .....	87

## DAFTAR SIMBOL DAN SINGKATAN

-	: Sampai
%	: Persen
<	: Kurang dari
=	: Sama dengan
>	: Lebih dari
≤	: Kurang lebih sama dengan
Drs	: <i>Doctorandus</i>
H	: Haji
H <sub>1</sub>	: Terdapat hubungan yang signifikan
Hj	: Hajjah
M.Kep	: Magister Keperawatan
M.Kes	: Magister Kesehatan
NIK	: Nomor Induk Kerja
NIM	: Nomor Induk Mahasiswa
Ns	: Ners
S. Kep	: Sarjana Keperawatan
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solutions</i>
TKR	: Teknik Kendaraan Ringan
WHO	: <i>World Health Organization</i>