

KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN KADAR ASAM URAT PADA KELOMPOK
***OVO-VEGETARIAN* DI VIHARA RUKUN MAITREYA**
KOTA BENGKULU TAHUN 2026



Disusun Oleh:
YELMA DWI RAHMAWATI
NIM: P01750123057

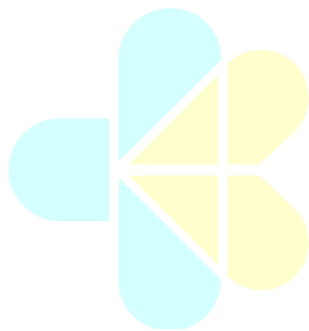
PRODI DIII TEKNOLOGI LABORATORIUM MEDIS
POLTEKKES KEMENKES BENGKULU
TAHUN 2026

HALAMAN JUDUL

KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN KADAR ASAM URAT PADA KELOMPOK *OVO-VEGETARIAN* DI VIHARA RUKUN MAITREYA KOTA BENGKULU TAHUN 2026

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Diploma III
(DIII) Program Studi DIII Teknologi Laboratorium Medis
Poltekkes Kemenkes Bengkulu**



**Kemenkes
Poltekkes Bengkulu**

DISUSUN OLEH :

**YELMA DWI RAHMAWATI
NIM : P01750123057**

**PRODI DIII TEKNOLOGI LABORATORIUM MEDIS
POLTEKKES KEMENKES BENGKULU
TAHUN 2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah Dengan Judul :

**GAMBARAN KADAR ASAM URAT PADA KELOMPOK *OVO*
VEGETARIAN DI VIHARA RUKUN MAITREYA KOTA BENGKULU
TAHUN 2026**

Yang Dipersiapkan dan Dipresentasikan Oleh :

YELMA DWI RAHMAWATI
NIM : P01750123057

**Karya Tulis Ilmiah ini telah diperiksa dan disetujui
untuk dipresentasikan dihadapan Tim Penguji
Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Prodi DIII Teknologi Laboratorium Medis
Tanggal : 03 Juni 2026**

Oleh :

Dosen Pembimbing Karya Tulis Ilmiah

Pembimbing



Pemi Perisnawati, S.S.T., M.Biomed
NIP. 199705292025062004

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah Dengan Judul:

**GAMBARAN KADAR ASAM URAT PADA KELOMPOK *OVO*
VEGETARIAN DI VIHARA RUKUN MAITREYA KOTA BENGKULU
TAHUN 2026**

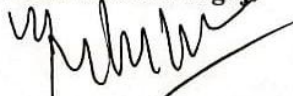
Disusun Oleh:

YELMA DWI RAHMAWATI
NIM : P01750123057

Telah Diuji dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji
Karya Tulis Ilmiah Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Prodi DIII Teknologi Laboratorium Medis
Pada tanggal : 09 Juni 2026
Dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

Tim Penguji

Ketua Dewan Penguji



Putri Widelia Welkriana, S.Si., M.Sc
NIP. 198701092012122001

Penguji I



Dina Mayasari, S.Si., M.Biomed
NIP. 198701092009032004

Penguji II



Pemi Perisnawati, S.S.T., M.Biomed
NIP. 199705292025062004

Mengesahkan,
Ka. Prodi D III Teknologi Laboratorium Medis
Poltekkes Kemenkes Bengkulu




Tedy Febriyanto, SST., M.Bmd
NIP.198302202008041002

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yelma Dwi Rahmawati

NIM : P01750123057

Judul Proposal Penelitian : Gambaran Kadar Asam Urat pada Kelompok *Ovo Vegetarian* di Vihara Rukun Maitreya Kota Bengkulu tahun 2026

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa proposal penelitian ini adalah betul-betul hasil karya saya dan bukan hasil jiplakan dari hasil karya orang lain. Demikian pernyataan ini dan apabila kelak hari terbukti dalam proposal penelitian ada unsur penjiplakan, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, 09 Juni 2026

Yang menyatakan,



Yelma Dwi Rahmawati

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

”مَنْ جَدَّ وَجَدَ

Barang siapa yang bersungguh-sungguh, maka ia akan berhasil.”

Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”

(QS. Al-Baqarah: 286)

Barang siapa menempuh jalan untuk mencari ilmu, Allah akan mudahkan baginya jalan menuju surga.”

(HR. Muslim)

Cukuplah Allah menjadi penolong kami dan Allah adalah sebaik-baik pelindung.”

(QS. Ali-Imran: 173)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbil alamin, puji syukur penulis panjatkan kepada ALLAH SWT yang maha pengasih dan maha pemurah atas segala rahmat dan karunia yang telah dilimpahkan-nya penulis persembahkan karya ini untuk :

- ❖ Ibu tercinta, Perempuan paling kuat dalam hidup adek, yang tetap tegar menjalani hari-hari meski separuh jiwanya telah pergi di saat adek sedang berjuang menyelesaikan proses ini. Terima kasih atas setiap doa, kasih sayang, pengorbanan, air mata, dan perjuangan yang selalu ibu berikan tanpa lelah demi masa depan adek. Adek tahu kehilangan ayah di tengah proses perjalanan ini bukan hal yang mudah bagi ibu, namun ibu tetap bertahan, tetap menjadi tempat pulang, sumber kekuatan, dan alasan adek mampu menyelesaikan KTI ini. Karya tulis ini mungkin tidak akan pernah cukup untuk membalas semua cinta dan pengorbanan ibu, tetapi semoga menjadi bukti bahwa setiap doa dan perjuangan ibu tidak pernah sia-sia. Untuk bapak di surga, terima kasih telah menghadirkan cinta yang begitu besar melalui sosok Ibu yang luar biasa.
- ❖ Bapak tercinta, cinta pertama adek, sosok pekerja keras dan penyejuk hati yang selalu berjuang tanpa lelah demi kebahagiaan anak-anaknya. Kepergian Bapak di saat adek sedang berproses menjadi luka paling dalam bagi adek, begitu cepat bapak pergi, Bapak belum sempat melihat hasil dari semua perjuangan dan harapan yang selama ini bapak titipkan untuk adek, rasanya dunia seperti kehilangan arah karena di saat langkah adek hampir sampai pada titik yang bapak tunggu-tunggu bapak justru lebih dulu pergi meninggalkan kami. Bapak selalu menunggu hari bahagia adek, selalu yakin adek bisa sampai di titik ini.

Kini hanya doa dan rindu yang tidak pernah selesai, Semoga KTI ini menjadi bukti bahwa semua perjuangan, pengorbanan, dan do'a bapak tidak pernah sia-sia.

- ❖ Ayukku, sosok kakak yang pekerja keras, penuh tanggung jawab, dan selalu berusaha memberikan yang terbaik untuk adik-adiknya. Terima kasih karena telah menjadi panutan, tempat belajar, sekaligus alasan penulis memilih jalan ini dalam pendidikan. Di balik lelahmu, ayuk selalu berjuang tanpa mengeluh, dan menjadi sosok yang selalu ingin melihat adiknya berhasil. Terima kasih sudah menjadi kakak perempuan yang begitu baik, yang diam-diam banyak berkorban, namun tetap terlihat kuat di depan kami. Semoga semua lelah ayuk diganti dengan kebahagiaan yang lebih besar lagi, dan semoga adek bisa tumbuh sukses mengikuti jejak ayuk yang selalu adek banggakan dan sayangi.
- ❖ Adikku, Sosok kecil yang selalu menjadi penyemangat dalam setiap langkah perjuangan penulis. Terima kasih sudah hadir sebagai bagian dari keluarga ini, dengan segala keceriaan dan harapan yang tanpa sadar membuatku ingin terus berusaha menjadi contoh yang baik untukmu. Semoga kelak kamu bisa tumbuh menjadi laki-laki yang kuat, baik hati, dan mampu meraih cita-citanya lebih tinggi dari kami semua. kami selalu sayang dan berharap yang terbaik untukmu.
- ❖ Keluarga Keduaku **Bestie** , Terima kasih sudah menjadi rumah kedua yang hangat, tempat pulang di saat lelah, dan ruang yang selalu penuh penerimaan tanpa syarat. Kalian hadir sebagai penguat di saat kami hampir menyerah, sebagai tawa di saat hari terasa berat, dan sebagai keluarga yang membuat kami merasa tidak pernah sendirian dalam perjalanan ini. Terima kasih sudah saling

menjaga, saling menguatkan. Semoga kebersamaan ini selalu terjaga dan menjadi cerita indah yang tidak akan pernah hilang dari hati.

❖ **Sosok Berarti dalam hidupku**, yang bukan hanya hadir sebagai pendamping, tetapi juga menjadi alasan aku mampu bertahan dan sampai di titik ini. Terima kasih atas segala ketulusan, pengorbanan, perhatian, dan dukungan yang tidak pernah putus, bahkan di saat aku hampir menyerah, kamu selalu menjadi penyemangat, penenang, dan tempat aku kembali ketika lelah. Aku juga berterima kasih atas setiap pengorbanan yang telah kamu berikan, termasuk dukungan nyata yang begitu berarti dalam perjalanan ini, yang tidak akan pernah bisa aku balas dengan kata-kata. Semoga setiap kebaikanmu menjadi doa yang kembali dengan kebahagiaan yang lebih besar, dan semoga kita selalu diberi kekuatan untuk terus berjalan bersama dengan cinta yang tulus dan sederhana.

❖ **Keluarga Pelengkap dalam Perjalanan Hidup**, Terima kasih karena selalu memberi dukungan, perhatian, dan penerimaan yang tulus, dan selalu disambut dengan baik di setiap kesempatan. Kalian bukan hanya keluarga dari orang yang aku kenal, tetapi telah aku anggap sebagai bagian dari keluargaku sendiri, tempat yang memberi rasa nyaman, semangat, dan ketulusan dalam perjalanan ini.

❖ **Sepupuku**, Terima kasih sudah menjadi saudara sekaligus teman yang selalu ada di saat suka maupun duka, yang tanpa sadar banyak memberi semangat dan warna dalam setiap langkah perjuangan ini. Kalian bukan hanya sepupu, tetapi

juga seperti kakak yang selalu menguatkan dan membuatku merasa tidak sendirian.

- ❖ Sahabat Terbaikku, Terima kasih sudah menjadi teman seperjuangan yang selalu ada di setiap proses kuliah ini. Terima kasih sudah menemani di saat lelah, menguatkan di saat hampir menyerah, dan menjadi bagian dari cerita perjuangan yang tidak akan pernah terlupakan. Terima kasih sudah menjadi orang baik yang tulus hadir dalam setiap langkah, membuat perjalanan ini terasa lebih ringan dan berarti. Semoga persahabatan ini tetap terjaga dan kita sama-sama bisa meraih impian yang kita perjuangkan bersama.
- ❖ **Sahabat**, meskipun sekarang kita berjuang di tempat yang berbeda, kamu tetap menjadi bagian penting dalam hidupku. Terima kasih karena selalu ada, tetap mendukung, dan setia mendengarkan setiap keluh kesah tanpa pernah berubah sejak dulu. Kehadiranmu menjadi pengingat bahwa jarak dan waktu tidak pernah benar-benar memisahkan persahabatan yang tulus.
- ❖ **Carcaraku, 6 orang Sahabat** yang dipertemukan oleh BEM, yang perlahan menjadi keluarga dalam perjalanan kuliah ini. Bersama kalian, aku belajar bahwa lelah bisa terasa ringan ketika dijalani bersama, dan bahwa setiap jatuh dan bangkit selalu punya makna. Kalian bukan sekadar teman, tapi rumah yang membuat perjalanan ini terasa lebih hangat, lebih berarti, dan penuh kenangan yang akan selalu aku simpan dengan rasa sayang.
- ❖ **Kos Baru**, Teman seperjuangan yang perlahan berubah menjadi sahabat dalam perjalanan ini. Terima kasih sudah selalu ada di setiap proses dan menjadi tempat berbagi cerita dan penguat tanpa banyak kata. Kalian bukan hanya teman

kuliah, tetapi bagian penting dari perjalanan hidup yang tidak akan pernah terlupakan.

- ❖ **Jamet Bem**, Terimakasih karena selalu ada sebagai ruang untuk melepas keluh kesah, tempat berbagi cerita tanpa takut dihakimi, dan menjadi penguat saat semuanya terasa berat.
- ❖ **Keluarga Merak (BPH BEM 2025)**, Terima kasih sudah menjadi tempat belajar yang penuh makna, serta ruang tumbuh yang mengajarkan arti tanggung jawab, kebersamaan, dan perjuangan. Bersama kalian, aku belajar bahwa setiap proses tidak harus dijalani sendirian, karena ada keluarga yang selalu saling menguatkan di setiap keadaan.
- ❖ Teman Tercinta “ **Genk Pon** “ (Arum , Aisyah , Nabila), Terima kasih karena telah hadir sebagai penyemangat di tengah duka, menjadi tawa di saat hari terasa berat, dan menjadi teman yang tanpa sadar membantu aku tetap bertahan melewati proses yang tidak mudah itu. Kalian mungkin hanya bagian dari satu fase perjalanan, tetapi dukungan dan kebersamaan kalian meninggalkan arti yang sangat dalam.
- ❖ **Badan Eksekutif Mahasiswa (Akselerasi Karya dan Baswara Juang)**, Wadah yang telah menjadi bagian penting dalam perjalanan hidup selama masa kuliah ini mengajarkanku banyak hal tentang proses dan ketahanan dalam menghadapi berbagai tantangan. Terlebih saat dipercaya menjadi Wakil Presiden Mahasiswa, aku belajar bahwa tanggung jawab bukan hanya tentang memimpin, tetapi juga tentang mendengar, menguatkan, dan menjaga kebersamaan dalam setiap langkah. Terima kasih atas setiap pengalaman,

pelajaran, dan kebersamaan yang tidak tergantikan, yang akan selalu menjadi bagian berharga dalam perjalanan hidup ini.

- ❖ Keluarga Asuh “ **Kadar Pengambuan**” Terima kasih atas kebersamaan yang tulus dan saling menguatkan. Di tengah lelah dan tantangan, kalian selalu hadir memberi semangat dan rasa aman untuk terus melangkah layaknya keluarga.
- ❖ Terakhir Untuk Diriku Sendiri **Yelma Dwi Rahmawati**, yang terbiasa menyimpan semuanya dalam diam dan memilih terlihat kuat meski tidak selalu demikian di dalamnya. Terima kasih karena tetap bertahan di setiap proses yang tidak mudah ini, tetap melangkah dalam diam, dan terus berjuang demi satu tujuan sederhana: membanggakan orang-orang yang disayangi. Aku bangga pada diriku sendiri, karena tidak semua perjalanan dijalani dengan mudah, tetapi semua bisa dilewati dengan penuh perjuangan dan keteguhan hati. Semoga setiap langkah yang telah ditempuh menjadi bukti bahwa aku mampu, dan ke depan ada kehidupan yang lebih membahagiakan untuk diriku sendiri.

ABSTRAK

Latar belakang : Asam urat merupakan salah satu penyakit tidak menular yang dapat dipengaruhi oleh pola makan, terutama konsumsi makanan tinggi purin. Pola makan vegetarian, khususnya ovo-vegetarian, cenderung memiliki kandungan purin yang lebih rendah dibandingkan pola makan non-vegetarian, sehingga diduga dapat mempengaruhi kadar asam urat dalam darah.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kadar asam urat pada kelompok ovo-vegetarian di Vihara Rukun Maitreya Kota Bengkulu tahun 2026.

Metode : Jenis penelitian ini bersifat deskriptif dengan jumlah sampel sebanyak 31 responden yang diambil menggunakan teknik *accidental sampling*. Pemeriksaan kadar asam urat dilakukan menggunakan metode enzimatik kolorimetri (uricase). Data dianalisis secara univariat untuk melihat distribusi kadar asam urat.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kadar asam urat normal yaitu sebanyak 23 orang (74,19%), sedangkan responden dengan kadar asam urat tinggi sebanyak 8 orang (25,81%).

Kesimpulan : Sebagian besar kelompok *ovo-vegetarian* memiliki kadar asam urat dalam batas normal. Hal ini menunjukkan bahwa pola makan ovo-vegetarian cenderung membantu menjaga kestabilan kadar asam urat.

Kata kunci : Asam Urat, Ovo-Vegetarian, Pola Makan

ABSTRACT

Background : Uric acid is a non-communicable disease that can be influenced by dietary patterns, especially the consumption of high-purine foods. A vegetarian diet, particularly the ovo-vegetarian type, tends to contain lower purine levels compared to a non-vegetarian diet; therefore, it is considered to influence blood uric acid levels.

Objective : This study aimed to determine the description of uric acid levels among ovo-vegetarians at Vihara Rukun Maitreya, Bengkulu City, in 2026.

Methods : This study used a descriptive design with a total sample of 31 respondents selected through an accidental sampling technique. Uric acid levels were measured using the enzymatic colorimetric (uricase) method. Data were analyzed using univariate analysis to determine the distribution of uric acid levels.

Results : The results showed that most respondents had normal uric acid levels, namely 23 people (74.19%), while 8 respondents (25.81%) had elevated uric acid

Conclusion : Most ovo-vegetarians had uric acid levels within the normal range. This indicates that an ovo-vegetarian diet tends to help maintain stable uric acid levels.

Keywords : Uric Acid, Ovo-Vegetarian, Diet



KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb.

Alhamdulillah, puji dan syukur kehadiran Allah yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul “GAMBARAN KADAR ASAM URAT PADA KELOMPOK *OVO-VEGETARIAN* DI VIHARA RUKUN MAITREYA KOTA BENGKULU TAHUN 2026”.

Dalam penyelesaian ini penulis banyak mendapat bantuan materil maupun moril dari berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Linda, SST., M.Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu
2. Bapak Sahidan, S.Sos., M.Kes, selaku Ketua Jurusan Analisis Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
3. Bunda Pemi Perisnawati.S.S.T,M.Biomed, selaku Pembimbing yang telah memberikan arahan dan memberikan motivasi dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
4. Ketua Dewan Penguji dan Penguji 1 Bunda Putri Widelia Welkriana,S.Si., M.Sc dan Bunda Dina Maya Sari, S.Si.,M.Biomed yang telah membimbing dan memberikan arahan dan memberikan motivasi dalam penyusunan ini.
5. Mak, Bapak, Ayuk, Abang dan seluruh keluarga yang telah mendoakan, memberikan dukungan serta motivasi dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
6. Para teman-temanku yang selalu memberikan dukungan dan selalu menyemangati penulis untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
7. Seluruh Civitas Akademik Jurusan Analisis Kesehatan Poltekkes Bengkulu.

Penulis menyadari akan kekurangan dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi perbaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Bengkulu, Mei 2026

Yelma Dwi Rahmawati



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
ABSTRAK	xii
ABSTRACT	xiii
KATA PENGANTAR.....	xiv
DAFTAR ISI	
Error! Bookmark not defined.	
DAFTAR TABEL	
Error! Bookmark not defined.	
DAFTAR LAMPIRAN	v
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Asam Urat.....	8
1. Pengertian Asam Urat	8
2. Metabolisme Asam Urat	9
3. Gejala Asam Urat.....	11
4. Faktor Yang Mempengaruhi Asam Urat	11
5. Pencegahan Terjadinya Asam Urat	13
B. Pola Makan	16
1. Pengertian Pola Makan	16
2. Komponen Pola makan.....	16
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Makan.....	17
C. Vegetarian	20
1. Sejarah Vegetarian	20
2. Pengertian Vegetarian	21
3. Jenis Jenis Vegetarian	21

4.Manfaat Vegetarian.....	24
5.Hubungan Pola Makan Vegetarian terhadap kadar Asam Urat	25
BAB III METODE PENELITIAN	27
A. Jenis dan Desain Penelitian	27
B. Variabel Penelitian	27
C. Definisi Operasional	27
D. Populasi dan Sampel.....	28
1.Populasi	28
2.Sampel	28
3.Perhitungan Sampel.....	29
E. Lokasi dan Waktu Penelitian	30
F. Pelaksanaan Penelitian	31
1.Pra Analitik	32
2.Analitik	34
3.Pasca Analitik	35
G. Teknik Pengumpulan Data.....	36
H. Pengelolaan Data	36
I. Analisis Data	36
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	38
A. Hasil Penelitian.....	38
B. Pembahasan	41
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	48
A. Kesimpulan.....	48
B. Saran	48
DAFTAR PUSTAKA	50

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	27
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Kadar Asam Urat	39
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin.....	39
Tabel 4.3 Rata-Rata Usia	40



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Table Master	53
Lampiran 2 Dokumentasi Penelitian	54
Lampiran 3 Informed Consent	66
Lampiran 4 Kuisisioner	70
Lampiran 5 Konsul Pembimbing	71
Lampiran 6 Lembar Persetujuan Seminar Proposal.....	72
Lampiran 7 Lembar Revisi Seminar Proposal	73
Lampiran 8 Lembar Persetujuan Seminar Revisi.....	74
Lampiran 9 Lembar Revisi Seminar Hasil.....	75
Lampiran 10 Surat Izin Pra Penelitian	76
Lampiran 11 Surat Izin Penelitian.....	77
Lampiran 12 Surat Keterangan Layak Etik.....	78
Lampiran 13 Surat Selesai Penelitian	79
Lampiran 14 Biodata.....	80
Lampiran 15 Riwayat Hidup.....	81