JURNAL GIZI ILMIAH
https://jurnal.karyakesehatan.ac.id/JGI
Volume 13| Nomor 2 | Mei-Agustus| 2026
ISSN: 2407-5515, EISSN: 2745-990X

Perbedaan Status Gizi, Kadar Asam Urat dan Tekanan Darah pada Lansia Berdasarkan Aktivitas Mengikuti Posyandu di Desa Kampial Kabupaten Badung

Ni Ketut Nandita Pradnya Suarti[1], Ni Putu Agustini[2], Ni Made Dewantari[3]
[1,2,3] Program Studi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan, Poltekkes Kemenkes Denpasar

Kata Kunci : Status Gizi, Asam Urat, Tekanan Darah, Lansia
Keywords *:Nutritional Status, Uric Acid, Blood Pressure, Elderly*

Corespondensi Author
Ni Ketut Nandita Pradnya Suarti
Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan, Poltekkes Kemenkes Denpasar
Jl. Dharmawangsa, Gg. Cendrawasih, No.1, Br.Ancak, Kampial, Nusa Dua
Email: pradnyanandita02@gmail.com

Abstrak

Lansia merupakan kelompok yang rentan mengalami gangguan gizi dan metabolik akibat proses penuaan yang dapat meningkatkan risiko hipertensi dan hiperurisemia. Posyandu lansia merupakan salah satu pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang bertujuan meningkatkan derajat kesehatan lansia melalui pemantauan kesehatan dan edukasi secara berkala. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan status gizi, kadar asam urat, dan tekanan darah pada lansia berdasarkan aktivitas mengikuti posyandu di Desa Kampial Kabupaten Badung. Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan desain cross sectional. Sampel penelitian berjumlah 65 lansia yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui pengukuran RLPP, pemeriksaan kadar asam urat dengan metode POCT, dan pengukuran tekanan darah menggunakan tensimeter digital. Analisis data menggunakan uji Mann-Whitney. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan signifikan status gizi, kadar asam urat, dan tekanan darah berdasarkan aktivitas mengikuti posyandu dengan nilai p-value <0,001. Lansia yang aktif mengikuti posyandu cenderung memiliki kondisi kesehatan yang lebih baik dibandingkan lansia yang tidak aktif mengikuti posyandu. Lansia disarankan rutin mengikuti kegiatan posyandu serta menerapkan pola hidup sehat.

Absctract

Elderly individuals are vulnerable to nutritional and metabolic disorders caused by the aging process, which may increase the risk of hypertension and hyperuricemia. Elderly posyandu is a community-based health service aimed at improving the health status of older adults through regular health monitoring and education. This study aimed to determine differences in nutritional status, uric acid levels, and blood pressure among the elderly based on participation in posyandu activities in Kampial Village, Badung Regency. This study was an observational analytic study with a cross-sectional design. A total of 65 elderly respondents were selected using purposive sampling. Data were collected

through waist-hip ratio measurements, uric acid examinations using the POCT method, and blood pressure measurements using a digital sphygmomanometer. Data were analyzed using the Mann-Whitney test. The results showed significant differences in nutritional status, uric acid levels, and blood pressure based on participation in posyandu activities with p-value <0.001. Elderly individuals who actively participated in posyandu activities tended to have better health conditions compared to those who were not active. Elderly individuals are encouraged to routinely participate in posyandu activities and maintain healthy lifestyles.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi pada lansia akibat perubahan fisiologis yang terjadi seiring bertambahnya usia. Kondisi ini dapat meningkatkan risiko berbagai penyakit kardiovaskular serta kematian apabila tidak ditangani dengan baik (Kementrian Kesehatan RI, 2018). World Health Organization (WHO) melaporkan prevalensi hipertensi global mencapai 33% pada tahun 2023 dan diperkirakan terus meningkat hingga 1,5 miliar kasus pada tahun 2025 (WHO, 2023).

Di Indonesia, prevalensi hipertensi sebesar 30,8% dan meningkat pada kelompok usia lanjut, yaitu 49,5% pada usia 55–64 tahun, 57,8% pada usia 65–74 tahun, dan 64,0% pada usia ≥75 tahun (Profil Kesehatan Indonesia, 2023). Di Kabupaten Badung, Kecamatan Kuta Selatan termasuk wilayah dengan prevalensi hipertensi tinggi, dengan penderita sebanyak 369 laki-laki dan 505 perempuan pada tahun 2023 (Dinkes Badung, 2023). Hipertensi juga menjadi salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas di dunia (WHO, 2023).

Status gizi dan kadar asam urat merupakan faktor yang berperan dalam terjadinya hipertensi pada lansia. Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa 11,7% lansia usia 60–64 tahun dan 20,7% lansia usia ≥65 tahun mengalami status gizi rendah (Kementrian Kesehatan RI, 2018). Status gizi lebih atau obesitas diketahui dapat meningkatkan risiko hipertensi pada lansia (Waluyani et al., 2023). Prevalensi *hiperurisemia* di Indonesia mencapai 11,9% berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan dan meningkat hingga 54,8% pada usia ≥75 tahun. Kadar asam urat tinggi dapat menyebabkan gangguan fungsi endotel, stres oksidatif, dan peradangan yang berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah (Agustira et al., 2023).

Lanjut usia merupakan tahap kehidupan yang ditandai dengan proses penuaaan, dimana lansia rentan mengalami hipertensi, peningkatan kadar gula dan kadar asam urat (Wulandari Setyo Retno et al., 2023). Ketiga faktor ini saling berhubungan dan dapat memperburuk kondisi fisik lansia, menyebabkan penurunan massa otot, kelelahan, serta risiko komplikasi yang serius. (Suprayitna Marthilda & Hajri Zuhratul, 2022).

Posyandu Lansia merupakan program pemerintah yang memberikan pelayanan kesehatan bagi lansia untuk meningkatkan kesehatan lansia secara optimal. Di Desa Adat Kampial, Posyandu lansia rutin mengadakan pemeriksaan kesehatan, termasuk penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan, pemeriksaan tekanan darah, serta cek kadar gula dan asam urat untuk mendeteksi potensi penyakit metabolik.

Di Desa Adat Kampial terdapat 184 lansia yang tersebar di Banjar Ancak (101 lansia) dan Banjar Menesa (83 lansia). Hasil pengamatan awal menunjukkan bahwa 16 dari 25 lansia yang aktif mengikuti posyandu di Banjar Ancak mengalami hipertensi, sedangkan sebagian besar lansia aktif di Banjar Menesa juga memiliki tekanan darah tinggi. Kondisi ini menunjukkan tingginya kejadian hipertensi pada lansia sehingga perlu dilakukan penelitian mengenai perbedaan status gizi, kadar asam urat, dan tekanan darah berdasarkan aktivitas mengikuti posyandu.

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik melakukan penelitian mengenai Perbedaan Status Gizi Kadar Asam Urat Dan Tekanan Darah Pada Lansia Berdasarkan

Aktivitas Mengikuti Posyandu Di Desa Kampial Kabupaten Badung.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan desain cross sectional. Penelitian dilakukan di posyandu Banjar Ancak dan Posyandu Banjar Menesa Sampel penelitian berjumlah 65 orang dengan di dapatkan sampel Banjar Ancak sebesar 36 sampel dan Banjar Menesa sebesar 29 sampel dengan rentang umur 55-80 tahun dengan teknik pengambilan sampel yaitu *proportional random sampling* dengan *consecutive sampling*.

Penentuan kelompok lansia aktif dan tidak aktif mengikuti posyandu dilakukan berdasarkan data rekapan absensi kehadiran posyandu lansia di Banjar Ancak dan Banjar Menesa selama 2 bulan berturut-turut. Lansia yang tercatat rutin hadir sesuai jadwal posyandu dikategorikan sebagai lansia aktif, sedangkan lansia yang tidak hadir atau tidak rutin mengikuti kegiatan posyandu dikategorikan sebagai lansia tidak aktif.

Status gizi diperoleh dengan mengukur lingkar pinggang dan pinggil. Nilai RLPP diperoleh dengan cara membagi lingkar pinggang (cm) dengan lingkar pinggul (cm) (Nurohmi et al., 2021). Pengukuran kadar asam urat dilakukan secara langsung menggunakan metode *Point Of Care Testing (POCT)* dengan alat *Easy Touch GCU meter device.* Data tekanan darah diperoleh dengan mengukur tekanan darah menggunakan tensi meter digital. Pengukuran dilakukan sebanyak dilakukan sebanyak 3 kali dengan jeda waktu minimal 30 detik setiap pengukuran.

Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji Mann-Whitney dengan kriteria uji Jika p-value < 0,05, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok lansia aktif dan tidak aktif. Jika p-value ≥ 0,05, maka H_0 diterima dan H_1 ditolak, artinya tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok.

HASIL

Hasil penelitian ini memaparkan tentang karakteristik sampel, analisis univariat dan bivariat. Secara spesifik diuraikan sebagai berikut:

Karakteristik Sampel

Tabel 1. Sembaran Sampel Bedasarkan Karakteristik

Karakteristik	n (65)	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	18	27,7
Perempuan	47	72,3
Umur		
50-59 tahun	21	32,3
60-69 tahun	40	61,5
70-80 tahun	4	6,2
Pekerjaan		
Wiraswasta	10	15,4
Swasta	8	12,3
Tidak Bekerja	47	72,3

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa dari 65 responden, sebagian besar berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 47 orang (72,3%), sedangkan laki-laki sebanyak 18 orang (27,7%). Pada kelompok umur, sebagian besar responden berada pada rentang usia 60–69 tahun yaitu sebanyak 40 orang (61,5%). Selanjutnya, responden usia 50–59 tahun sebanyak 21 orang (32,3%), dan usia 70–80 tahun sebanyak 4 orang (6,2%). Seluruh responden dalam penelitian ini beragama hindu (100%), yang menunjukkan bahwa karakteristik responden memiliki latar belakang yang homogen

Analisis Univariat

Tabel 2. Sebaran Sampel Berdasrkan Status Gizi

Status Gizi	n	%
Beresiko	55	84,6
Tidak Beresiko	10	15,4
Total	65	100

Berdasarkan Tabel 2, diketahui bahwa sebagian besar responden termasuk dalam kategori berisiko, yaitu sebanyak 55 orang (84,6%). Sementara itu, responden yang termasuk dalam kategori tidak berisiko berjumlah 10 orang (15,4%). Secara keseluruhan, total sampel dalam penelitian ini adalah 65 responden (100%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa proporsi responden dengan status gizi berisiko lebih dominan dibandingkan dengan responden yang tidak berisiko.

Tabel 3. Sebaran Sampel Berdasarkan Status Urisemia

Status Urisemia	n	%
Normal	55	38,5
Hiperurisemia	40	61,5
Total	65	100

Berdasarkan hasil penelitian, dari 65 responden sebanyak 40 orang (61,5%) mengalami hiperurisemia dan 25 orang (38,5%) berada pada kategori normal. Dimana hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kadar asam urat di atas batas normal.

Tabel 4. Sebaran Sampel Berdasarkan Tekanan Darah

Tekanan Darah	n	%
Normal	13	20,0
Pre Hipertensi	28	43,1
Hipertensi Stadium 1	14	21,5
Hipertensi Stadium 2	10	15,4
Total	65	100

Berdasarkan tabel tekanan darah, diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada kategori pre-hipertensi yaitu sebanyak 28 orang (43,1%). Selanjutnya, responden dengan hipertensi stadium 1 sebanyak 14 orang (21,5%), hipertensi stadium 2 sebanyak 10 orang (15,4%), dan tekanan darah normal sebanyak 13 orang (20%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tekanan darah di atas normal.

Analisis Bivariat

Tabel 5. Sebaran Status Gizi Berdasarkan Aktivitas Mengikuti Posyandu

Aktivitas Posyandu	n	Rentang	Rata-Rata	*P-Value*
Aktif	32	0.74 – 0.99	0,88 ± 0,06	< 0,001
Tidak Aktif	33	0.82 – 1.12	0,91 ± 0,06	

Sumber : Data Primer, 2026

Berdasarkan tabel 5, diketahui bahwa lansia yang aktif mengikuti posyandu berjumlah 32 orang dengan nilai status gizi terendah 0,74 dan tertinggi 0,99 serta rata-rata status gizi sebesar 0,88 ± 0,06. Sementara itu, lansia yang tidak aktif mengikuti posyandu berjumlah 33 orang dengan nilai status gizi terendah 0,82 dan tertinggi 1,12 serta rata-rata status gizi sebesar 0,91 ± 0,06. Hasil uji statistik Mann Whitney menunjukkan nilai p-value <0,001, sehingga dapat disimpulakn bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara status gizi berdasarkan aktivitas mengikuti posyandu.

Tabel 6. Sebaran Status Urisemia Berdasarkan Aktivitas Mengikuti Posyandu

Aktivitas Posyandu	n	Rentang Mg/dL	Rata-Rata	*P-Value*
Aktif	32	3,4-13,1	6,70 ± 2,11	< 0,001
Tidak Aktif	33	3,4-17,4	7,44 ± 2,91	

Sumber : Data Primer, 2026

Berdasarkan tabel 6, diketahui bahwa lansia yang aktif mengikuti posyandu berjumlah 32 orang dengan kadar asam urat terendah 3,4 dan tertinggi 13,1 serta rata-rata kadar asam urat sebesar 6,70 ± 2,11. lansia yang tidak aktif mengikuti posyandu berjumlah 33 orang dengan kadar asam urat terendah 3,4 dan tertinggi 17,4 serta rata-rata kadar asam urat sebesar 7,44 ± 2,91. Hasil uji statistik Mann Whitney menunjukkan nilai p-value < 0,001, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kadar asam urat berdasarkan aktivitas mengikuti posyandu.

Tabel 7. Sebaran Tekanan Darah Berdasarkan Aktivitas Mengikuti Posyandu

Aktivitas Posyandu	n	Rentang mmHg	Rata-Rata	*P-Value*
Aktif	32	Sistolik 100 - 181	133,47 ± 21,42	< 0,001
		Diastolik 57 – 113	76,97 ± 13,69	
Tidak Aktif	33	Sistolik 108 - 176	136,21 ± 15,46	
		Diastolik 45 - 113	81,67 ± 11,46	

Sumber : Data Primer, 2026

Berdasarkan aktivitas mengikuti posyandu, lansia yang aktif memiliki rata-rata tekanan darah sistolik 133,47 ± 21,42 mmHg dan diastolik 76,97 ± 13,69 mmHg, sedangkan lansia yang tidak aktif memiliki rata-rata tekanan darah sistolik 136,21 ± 15,46 mmHg dan diastolik 81,67 ± 11,46 mmHg. Hasil uji Mann Whitney menunjukkan nilai p-value < 0,001, yang berarti terdapat perbedaan tekanan darah yang signifikan berdasarkan aktivitas mengikuti posyandu.

PEMBAHASAN

Lansia merupakan kelompok usia yang rentan mengalami masalah status gizi akibat perubahan fisiologis, penurunan fungsi organ, serta perubahan pola konsumsi yang terjadi

seiring bertambahnya usia. Kondisi tersebut dapat meningkatkan risiko malnutrisi maupun kelebihan gizi yang berdampak pada penurunan kualitas hidup dan peningkatan risiko penyakit degeneratif (Lubis, 2023)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia yang aktif mengikuti posyandu memiliki nilai RLPP terendah 0,74 dan tertinggi 0,99 dengan rata-rata 0,88 ± 0,06. Sementara itu, lansia yang tidak aktif mengikuti posyandu memiliki nilai RLPP terendah 0,82 dan tertinggi 1,12 dengan rata-rata 0,91 ± 0,06. Hasil uji Mann Whitney menunjukkan nilai p-value < 0,001, yang berarti terdapat perbedaan status gizi yang signifikan antara lansia yang aktif dan tidak aktif mengikuti posyandu.

Lansia yang aktif mengikuti posyandu cenderung memiliki nilai RLPP yang lebih rendah dibandingkan lansia yang tidak aktif. Nilai RLPP yang lebih rendah menunjukkan distribusi lemak abdominal yang lebih baik dan risiko gangguan metabolik yang lebih rendah. Perbedaan ini dapat dipengaruhi oleh keteraturan lansia dalam mengikuti kegiatan posyandu yang mencakup pemantauan kesehatan, pengukuran antropometri, serta edukasi mengenai pola makan sehat dan aktivitas fisik seperti yoga, senam, dan jalan santai (Lubis, 2023)

Kegiatan posyandu berperan dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran lansia untuk menjaga status gizi yang optimal. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Apriani Hasanah Harahap et al., 2023). yang menunjukkan bahwa lansia yang aktif mengikuti posyandu memiliki status gizi yang lebih baik dibandingkan lansia yang tidak aktif. Selain itu, pola makan yang baik, aktivitas fisik yang teratur, serta pengaturan asupan gizi yang seimbang berperan penting dalam mengendalikan distribusi lemak abdominal dan menurunkan risiko obesitas sentral pada lansia (Trisutrisno et al., 2023)

Kadar asam urat pada lansia dipengaruhi oleh penurunan fungsi ginjal yang menyebabkan gangguan ekskresi asam urat serta pola konsumsi makanan tinggi purin. Ketidakseimbangan antara produksi dan ekskresi asam urat dapat meningkatkan risiko terjadinya hiperurisemia pada lansia (Lin et al., 2022). Hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia yang aktif mengikuti posyandu memiliki rata-rata kadar asam urat sebesar 6,70 ± 2,11 mg/dL, sedangkan lansia yang tidak aktif memiliki rata-rata 7,44 ± 2,91 mg/dL. Hasil uji Mann-Whitney menunjukkan nilai p-value < 0,001, yang berarti terdapat perbedaan kadar asam urat yang signifikan antara lansia yang aktif dan tidak aktif mengikuti posyandu di Desa Kampial Kabupaten Badung.

Lansia yang aktif mengikuti posyandu cenderung memiliki kadar asam urat yang lebih terkontrol dibandingkan lansia yang tidak aktif. Kondisi ini diduga berkaitan dengan keterlibatan dalam berbagai aktivitas fisik yang dilaksanakan di posyandu, seperti senam lansia, yoga, dan jalan santai (Lin et al., 2022) Aktivitas fisik dapat membantu meningkatkan metabolisme purin, memperbaiki fungsi ginjal, serta meningkatkan ekskresi asam urat melalui urin sehingga kadar asam urat lebih terkendali (Qin & Hua, 2024)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa aktivitas fisik rutin berhubungan dengan penurunan risiko hiperurisemia pada lansia. Lansia dengan aktivitas fisik rendah cenderung memiliki kadar asam urat yang lebih tinggi akibat menurunnya metabolisme purin dan ekskresi asam urat melalui ginjal (Meilianty et al., 2025). Penelitian lain juga melaporkan bahwa lansia yang aktif secara fisik memiliki kadar asam urat yang lebih terkontrol dibandingkan lansia yang kurang aktif (Fajra Salsabilla et al., 2025).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori pre-hipertensi dan hipertensi, sehingga hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang dominan pada lansia di lokasi penelitian. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh proses penuaan yang menyebabkan penurunan elastisitas pembuluh darah serta berbagai faktor lain, seperti pola makan, aktivitas fisik, dan stres.

Lansia yang aktif mengikuti posyandu memiliki rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sebesar 133,47 ± 21,42 mmHg dan 76,97 ± 13,69 mmHg, sedangkan pada lansia yang tidak aktif sebesar 136,21 ± 15,46 mmHg dan 81,67 ± 11,46 mmHg. Hasil uji Mann-Whitney menunjukkan nilai p-value < 0,001, yang berarti terdapat perbedaan tekanan darah yang signifikan berdasarkan aktivitas mengikuti posyandu.

Lansia yang aktif mengikuti posyandu cenderung memiliki tekanan darah yang lebih terkontrol dibandingkan lansia yang tidak aktif. Hal ini diduga berkaitan dengan keterlibatan dalam kegiatan posyandu seperti senam lansia, yoga, dan jalan santai yang dapat meningkatkan fungsi kardiovaskular, memperbaiki elastisitas pembuluh darah, serta membantu menurunkan tekanan darah (Herrod, Atherton, et al., 2021)

Selain aktivitas fisik, pengendalian tekanan darah juga dipengaruhi oleh kadar asam urat dan pola konsumsi. Hiperurisemia dapat menyebabkan disfungsi endotel, stres oksidatif, dan inflamasi yang berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah, sedangkan hipertensi dapat memperburuk fungsi ginjal dan menghambat ekskresi asam urat (Herrod, Lund, et al., 2021)

Edukasi kesehatan yang diperoleh melalui posyandu juga dapat membantu lansia menerapkan pola makan yang lebih sehat, termasuk membatasi asupan natrium dan lemak (Putu et al., n.d.)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Ni Made Dewantari yang menunjukkan bahwa aktivitas fisik dan asupan zat gizi berhubungan dengan status hipertensi pada lansia. Secara keseluruhan, aktivitas mengikuti posyandu berperan dalam membantu pengendalian status gizi, kadar asam urat, dan tekanan darah sehingga lansia yang aktif cenderung memiliki kondisi kesehatan yang lebih terkontrol dibandingkan lansia yang tidak aktif (Dewantari et al., n.d.).

SIMPULAN

Terdapat perbedaan status gizi, kadar asam urat dan tekanan darah pada lansia berdasarkan aktivitas mengikuti posyandu di Desa Kampial Kabupaten Badung. Lansia yang aktif mengikuti posyandu memiliki rata-rata status gizi (RLPP) sebesar 0,88 ± 0,06, sedangkan lansia yang tidak aktif memiliki rata-rata sebesar 0,91 ± 0,06. Lansia yang aktif mengikuti posyandu memiliki rata-rata kadar asam urat sebesar 6,70 ± 2,11 mg/dL, sedangkan lansia yang tidak aktif memiliki rata-rata sebesar 7,44 ± 2,91 mg/dL. Lansia yang aktif mengikuti posyandu memiliki rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sebesar 133,47 ± 21,42 mmHg dan 76,97 ± 13,69 mmHg, sedangkan lansia yang tidak aktif memiliki rata-rata sebesar 136,21 ± 15,46 mmHg dan 81,67 ± 11,46 mmHg.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, lansia disarankan untuk lebih aktif mengikuti kegiatan posyandu secara rutin sebagai upaya pemantauan dan pengendalian status gizi, kadar asam urat, serta tekanan darah. Lansia juga perlu menerapkan pola hidup sehat melalui pengaturan pola makan yang seimbang, pembatasan konsumsi makanan tinggi purin dan natrium, serta melakukan aktivitas fisik secara teratur. Tenaga kesehatan dan kader posyandu diharapkan terus meningkatkan kegiatan edukasi, promosi kesehatan, serta pemantauan kondisi kesehatan lansia secara berkala. Dukungan keluarga juga diperlukan untuk mendorong lansia menjaga pola hidup sehat dan aktif mengikuti kegiatan posyandu. Selain itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan jumlah sampel yang lebih besar serta menambahkan variabel lain, seperti pola makan, aktivitas fisik, tingkat stres, dan riwayat penyakit, sehingga diperoleh hasil yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi status gizi, kadar asam urat, dan tekanan darah pada lansia.

DAFTAR RUJUKAN

Agustira Vina, Simbolon Demsa, & Kusdalinah. (2023). Hubungan Kadar Asam Urat Dengan Tekanan Darah Pada Civitas Akademik Poltekkes Kemenenkes Bengkulu. *Quality Jurnal Kesehatan*, *17*(2), 86–95. https://doi.org/10.36082/qjk.v 17i2.1288

Apriani Hasanah Harahap, L., Notareza Aulia, A., Irfan Febriansyah, M., Maisyaroh Fitri Siregar, S., Mulyadi, T., Putri Silvia, E., Wahyuni Muchsin, S., iskandar, W., Fera, D., Syam, N., Gizi, P., & Kesehatan Masyarakat, F. (2023). *Hubungan Status Gizi dengan Kualitas Hidup Lansia di Posyandu Desa Tegal Sari Kecamatan Pante Ceureumen*.

Dewantari, N. M., Krismayanti, L. A., Nursanyoto, H., Poltekkes, J. G., & Denpasar, K. (n.d.). *Perbedaan Status Hipertensi Berdasarkan Rasio Asupan Kalsium, Magnesium,Serta Aktivitas Fisik Pada Orang Dewasa*.

Dinkes Badung. (2023). *Dinas Kesehatan Kabupaten Badung*.

Fajra Salsabilla, A., Irramah, M., & Lestari, Y. (2025). *Hubungan AktivitasFisik Dengan Kadar Asam Urat Darah Pada Orang Lanjut Usia Di Puskesmas Padang Kandis Kabupaten Lima Puluh Kota*. *2*(4), 625–634. https://doi.org/10.62335

Herrod, P. J. J., Atherton, P. J., Smith, K., Williams, J. P., Lund, J. N., & Phillips, B. E. (2021). Six weeks of high-intensity interval training enhances contractile activity induced vascular reactivity and skeletal muscle perfusion in older adults. *GeroScience*, *43*(6), 2667–2678. https://doi.org/10.1007/s11357-021-00463-6

Herrod, P. J. J., Lund, J. N., & Phillips, B. E. (2021). Time-efficient physical activity interventions to reduce blood pressure in older adults: a randomised controlled trial. *Age and Ageing*, *50*(3), 980–984. https://doi.org/10.1093/ageing/afaa211

Kementrian Kesehatan RI. (2018). *Riskesdas*.

Lin, Y., Fan, R., Hao, Z., Li, J., Yang, X., Zhang, Y., & Xia, Y. (2022). The Association Between Physical Activity and Insulin Level Under Different Levels of Lipid Indices and Serum Uric Acid. *Frontiers in Physiology*, *13*. https://doi.org/10.3389/fphys.2022.809669

Lubis, M. Y. (2023). The Relationship between Nutritional Status and The Quality of Life for Elderly in RW 3 area of Pasar Minggu, Jakarta, Indonesia. *Journal of Ageing And Family (JoAF) Edition*, *3*(2), 133. https://jurnal.urindo.ac.id/index.php/joeb

Meilianty, S., Linda, L., Suwandewi, A., & Olviani, Y. (2025). Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik Dengan Nilai Kadar Asam Urat Pada Lansia Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Teluk Tiram. *Malahayati Nursing Journal*, *7*(9), 3836–3848. https://doi.org/10.33024/mnj.v7i9.20848

Nurohmi, S., Marfu'ah, N., Naufalina, M. D., Farhana, S. A. H., & Riza, M. El. (2021). Rasio Lingkar Pinggang-Pinggul dan Kaitannya dengan Kadar Kolesterol Total pada Wanita Dewasa. *Nutri-Sains: Jurnal Gizi, Pangan Dan Aplikasinya*, *4*(1), 25–38. https://doi.org/10.21580/ns.2020.4.1.4706

Profil Kesehatan Indonesia. (2023).

Putu, P., Sugiani, S., Dewantari, N. M., Wahyuni, K. T., Gizi, J., Kesehatan, P., & Denpasar, K. (n.d.). Hubungan Asupan Natrium dan Lemak dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Ruang Rawat Jalan Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Umum Daerah Bangli. In *Journal of Nutrition Science* (Vol. 13).

Qin, H., & Hua, Y. (2024). Association of sedentary behaviour with gout and the interaction effect of hyperuricemia: a cross-sectional study from 2007 to 2018. *BMC Public Health*, *24*(1). https://doi.org/10.1186/s12889-024-20937-4

Suprayitna Marthilda, & Hajri Zuhratul. (2022). Faktor Resiko Terjadinya Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Ilmiah Pannmed*, *17*.

Trisutrisno, I., Mulyanti, Mutiyani, M., Gurid pramintarto eko mulyo, Khartini Kaluku, I Komang Agusjaya Mataram, Ni Putu Agustini, & Masfufah. (2023). *Manajemen Dietetik Masyarakat*.

Waluyani, I., Bancin, A., Fajriani, A., Anggreini, D., Siskia Ningrum, M., Ramadan, N., Husen, S., Wahyuni, S., Carissa, T., & Ayu, D. A. (2023). Hubungan StatusGizi Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Di Desa Rantau Panjang. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, *4*.

WHO. (2023). *World health statistics 2023: monitoring health for the SDGs, SustainableDevelopment Goals. In World Health Organization 2023*.

Wulandari Setyo Retno, Winarsih Wiwin, & Istichomah. (2023). Peningkatan Derajat Kesehatan Lansia Melalui Penyuluhan dan Pemeriksaan Kesehatan Lansia Di Dusun Mrisi Yogyakarta. *Pengabdian Masyarakat Cendekia*, *2*. https://doi.org/xx.xxxxx/xxxxx