

## **BAB V PENUTUP**

### **1.1 Simpulan**

Berdasarkan Hasil Penelitian Tentang Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Utara maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian arthritis di wilayah kerja Puskesmas Kota Utara dengan hasil uji Chi-Square  $p=0,000$ .
2. Terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian arthritis di wilayah kerja di Puskesmas Kota Utara dengan hasil uji Chi-Square  $p=0,000$ .

### **1.2 Saran**

#### **1. Bagi Puskesmas**

Di harapkan agar petugas puskesmas lebih memperhatikan pelayanan kesehatan program penyuluhan yang di lakukan sebagai upaya promotif dan preventif terhadap penyakit arthritis.

#### **2. Bagi Masyarakat**

Melakukan perubahan dalam gaya hidup seperti menghindari faktor-faktor penyebab arthritis terutama pola makan dan aktivitas fisik.

#### **3. Bagi Peneliti**

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan agar dapat melihat lebih jauh lagi terkait dengan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kejadian arthritis untuk dapat di jadikan tambahan variabel penelitian sehingga dapat dikaji secara lebih rinci lagi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M., Wirjatmadi, B. (2016). *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta: Prenada Media
- Anies. (2018). *Penyakit Degeneratif: Mencegah & Mengatasi Penyakit*
- Bawordi, F., Julia Rottie, dan Reginus Malara. 2017. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kekambuhan Penyakit Rematik di Wilayah Puskesmas Beo Kabupaten Talaud*. E-journal Keperawatan (e-Kp), vol. 5, no.1, pp. 1-7.
- Brunner dan suddarth. 2014. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8 Volume 1*. Jakarta: EGC
- Damayanti, 2015. *Arthritis Rheumatoid Dan penatalaksanaan Keperawatan*. Nuha Medika. Yogyakarta.
- Degeneratif dengan Perilaku & Gaya Hidup Modern yang Sehat*. Yogyakarta: Ar Ruzz Media.
- Febriana. (2015). *Faktor Risiko dan Penetalaksanaan Fisioterapi Pada Kasus Arthritis Ankle Billateral di RSUD Saras Husada Purworejo*.
- Fitriana, Rahmatul. 2015. *Cara Cepat Menghindari Rematik*. Yogyakarta: Medika
- Handono. *Upaya Menurunkan Keluhan Nyeri Sendi Lutut Pada Lansia di Posyandu Lansia Sejahtera*. Jurnal Stikes. (vol.6 No.1) 2013.
- Ilyas, N. O., Suprihartono, F. A., & Dewi, M. (2014). *Beberapa Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hiperurisemia pada Pasien Rawat Jalan di RS Dustira Cimahi*. Gizi Indonesia, 37(2), 91-100.
- Junaidi, Iskandar, 2013. *Rematik atau Asam Urat*. Jakarta : PT Bhuana Ilmu Populer
- Junaidi, I. 2012. *Arthritis atau Reumatik*. PT Bhuana Ilmu Populer. Jakarta.
- Judha dkk. 2016. *Teori Pengukuran Nyeri Dan Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kemenkes RI, Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar, Riskesdas 2018, Kementerian Kesehatan Badan Penelitian dan Penemuan Kesehatan.

- Kemenkes RI. 2014. *Pedoman Gizi Seimbang*. Direktorat Bina Gizi dan KIA. Kementerian Kesehatan RI.
- Meliny, Suhadi, dan Muhamad Sety. 2018. *Analisis Faktor Risiko Rematik Usia 45-54 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Puuwatu Kota Kendari Tahun 2017*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat, vol 2, no 2, pp. 1-7.
- Meytania Utami, Haida dkk. 2015. *Faktor-Faktor Risiko Arthritis Reumatoid pada Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Ngemplak Simongan, Semarang Barat*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro Semarang.
- Nugroho, Wahjudi, H.2012. *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik*. Edisi 3. Buku Kedokteran EGC: Jakarta
- Nursalam. 2017. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Edisi 4. Jakarta: Salemba Medika.
- Padila, 2013. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta. Nuha Medika.
- Putri, A.A. 2018. *Hubungan aktivitas, jenis kelamin, dan pola diet dengan frekuensi kekambuhan Arthritis Rheumatoid di Puskesmas Nuasa Indah Bengkulu*. Diakses 10 Oktober 2020.
- Savitri, A. 2016. *Waspadalah Masuk Usia 40 ke Atas*. Pustaka Baru Press, Yogyakarta.
- Siregar, Y. 2016. *Gambaran Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Arthritis Rheumatoid pada Lansia di Panti Jompo Guna Budi Bakti Medan Tahun 2014*. Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA, vol. 2, no.2.
- Solehati T. dan Kosasih E. C.2015. *Konsep dan Aplikasi Relaksasi Dalam Keperawatan Maternitas*. Edisi 1 Bandung: PT Refika Aditama.
- Smeltzer.2013. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner dan Suddart* Edisi 8 Vol 1,2. Jakarta : EGC.
- Sabella, R. 2010. *Libas Kanker Dengan Terapi Herbal, Buah, dan Sayuran*. Klaten : Abata Press.
- Sugiyono.2017. *Metode Penelitian Pendidikan*. Edisi 12. Bandung: Alfabeta.
- Stanley dan Beare.2015. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta : EGC.
- Suiraoaka, I.P. 2012, *Penyakit Arthritis: Mengenal, Mencegah, dan Mengurangi*

*Faktor Risiko 9 Penyakit Degeneratif*. Nuha Medika, Yogyakarta.

Suhardjo & Kusharto. *Prinsip-prinsip Ilmu Gizi*. Yogyakarta: Kanisius ; 2010. H. 23; 29; 48.

Tedampa, R.G.P., *Muyadi, dan Yolanda B Bataha*. 2016, *Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Arthritis Reumatoid di Puskesmas Kampung Baru Kecamatan Luwuk Kabupaten Banggai*.E-journal Keperawatan (e-Kp), vol. 4, no. 2, pp. 1-5.

Utami, P dan Tim Lentera.2015, *Tanaman Obat Untuk Mengatasi Rematik & Asam Urat*. Agromedia Pustaka, Depok.

Vitahealth.2018, *Asam Urat*. Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.

Wahyudi, S. 2011. *Faktor Penyebab Nyeri Arthritis*. Jakarta. EGC

Wijayanti, T., & Untari, I. (2017). *Hubungan Antara Pola Makan Dengan Penyakit Gout*. URECOL

Wijayakusuma, Hembing. 2014. *Atasi Arthritis atau Reumatik*. Puspa Swara. Jakarta.

Yuli R.2016.*Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik*.Jakarta : TIM