

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Kabupaten Gorontalo didominasi oleh masyarakat yang memiliki pola makan yang baik dengan kadar asam urat normal. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil penelitian yang memperlihatkan bahwa ada sebanyak 37 responden (61,7%) masyarakat dengan pola makan baik dan memiliki kadar asam urat normal, dan adapun masyarakat yang memiliki pola makan tidak baik dengan kadar asam urat diatas normal yaitu ada sebanyak 23 responden (38,3%).
2. Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Kabupaten Gorontalo didominasi oleh masyarakat yang memiliki aktivitas fisik yang tinggi. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil penelitian yang memperlihatkan bahwa ada sebanyak 31 responden (51,7%) yang memiliki aktivitas fisik yang tinggi, dan adapun masyarakat sebanyak 29 responden (48,3%) yang memiliki aktivitas fisik rendah-sedang.
3. Terdapat hubungan antara Aktivitas Fisik dan Pola Makan terhadap Kadar Asam urat di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Kabupaten Gorontalo. Hal ini berdasarkan hasil penelitian untuk aktivitas fisik didapatkan nilai *p-Value* = 0,004 (<0,05), dan juga hasil penelitian untuk pola makan didapatkan nilai *p-*

$Value = 0,023 (<0,05)$ maka H_0 ditolak yang berbunyi terdapat hubungan aktivitas fisik dan pola makan terhadap kadar asam urat di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Kabupaten Gorontalo.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan terhadap hasil penelitian ini maka peneliti menyarankan kepada:

1. Bagi Masyarakat

Masyarakat lingkungan kerja Puskesmas Telaga Kabupaten Gorontalo diharapkan agar mau memeriksakan diri ke pusat pelayanan kesehatan terdekat secara rutin dan juga untuk keluarga pasien gout diharapkan dapat memberikan dukungan pada pasien gout untuk memeriksakan kesehatan pada Puskesmas Telaga Kabupaten Gorontalo.

2. Bagi Instansi

a. Instansi Pendidikan

Instansi pendidikan diharapkan dapat terus memberikan program-program khususnya pada bidang kesehatan komunitas dan keluarga yang mengayomi masyarakat untuk pemeliharaan kesehatan dapat diminimalisir, selain itu juga dapat menyebarkan informasi secara terus menerus kepada mahasiswa terkait masalah kesehatan pada masyarakat wilayah kerja Puskesmas Telaga Kabupaten Gorontalo.

b. Instansi Puskesmas Telaga Kabupaten Gorontalo

Instansi Puskesmas Telaga Kabupaten Gorontalo diharapkan dapat terus memberikan pengembangan kesehatan dalam program pemeriksaan

kesehatan pada masyarakat dan di harapkan untuk petugas kesehatan yang berada di Puskesmas Telaga Kabupaten Gorontalo dapat mengetahui ataupun mengajak masyarakatnya agar memeriksakan kesehatan ke puskesmas terkhususnya bagi masyarakat yang defisit kesehatan (enggan memeriksakan diri ke pusat pelayanan kesehatan).

3. Bagi Peneliti

Diharapkan penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan bagi si peneliti dan untuk peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan desain dan variabel yang lebih banyak lagi sehingga mampu mengetahui faktor-faktor lain yang dapat menyebabkan peningkatan kadar asam urat.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad et al. 2015. Evaluation of Reliability and Validity of the General Practice Physical Activity Questionnaire (GPPAQ) in 60-74 year old primary care patients. *Bio Medical Central Family Practice*.
- Anjarwati Ria. 2019. Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan Indeks Massa Tubuh Mahasiswa PJKR semester 4 di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2019. (Skripsi, Universitas Negeri Yogyakarta). Di akses pada 21 januari 2021 dari <http://eprints.uny.ac.id/65873/>
- Astari, R. W. D., Mirayanti, N. K. A., & Arisusana, I. M. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kadar Asam Factors Affecting Uric Acid Level At Productive Age in Nongan Village , Karangasem Regency. *Bmj*, 5(2), 273–280
- Badan Pusat Statistik. 2017. Jumlah Penyakit Menonjol. Gorontalo: BPS
- Badi, F. S., Manampiring, A. E., & . F. (2015). Gambaran Kadar Gula Darah Dan Asam Urat Pada Siswa Obes Di Smp Negeri 1 Manado. *Jurnal E-Biomedik*, 3(2). <https://doi.org/10.35790/ebm.3.2.2015.8550>
- Darmawan, P. S., Kaligis, S. H. M., & Assa, Y. A. (2016). Gambaran kadar asam urat darah pada pekerja kantor. *Jurnal E-Biomedik*, 4(2).
- Fauzi Mahmud. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kadar Asam Urat di Padukuhan Bedog Trihanggo Gamping Sleman Yogyakarta. (Publikasi Ilmiah, Universitas Aisyiyah Yogyakarta). Diakses pada 28 Mei 2021 dari http://digilib.unisayogya.ac.id/4373/1/NASPUB_MAHMUD%20FAUZI_201410201151-min.pdf
- Febrianti, E., Asrori, & Nurhayati. (2019). Hubungan Antara Peningkatan Kadar Asam Urat Darah Dengan Kejadian Hipertensi Di Rumah Sakit Bhayangkara Palembangtahun 2018 Relationship Between The Levels Improved Blood Gout The Incidence Of Hypertension In Police Hospital Palembang 2018. *Jurnal Analis Kesehatan*, 8(1), 18.
- Fitriana, G. G., & Fayasari, A. (2020). Pola Konsumsi Sumber Purin, Aktivitas Fisik Dan Status Gizi Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di

- Puskesmas Kecamatan Makasar Jakarta. *Jurnal Gizi Dan Pangan Soedirman*, 4(1), 84. <https://doi.org/10.20884/1.jgps.2020.4.1.2590>
- Flaurensia, V., Kussoy, M., & Wowiling, F. (2019). Asam Urat Di Puskesmas, 7(November), 1–7.
- Hambataru, S. A., Sutriningsih, A., & Warsono. (2018). Hubungan Antara Konsumsi Asupan Makanan Yang Mengandung Purin Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Desa Tulungrejo Kecamatan Ngantang. *Nursing News*, 3(1), 719–728
- Hariadi. (2016). Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Kadar Asam Urat di Dusun Nitin Nogotirto Gamping Sleman Yogyakarta. (Publikasi Ilmiah, Universitas Aisyiyah Yogyakarta). Diakses pada 28 Mei 2021 dari <http://digilib.unisayogya.ac.id/2101/1/NASKAH%20PUBLIKASI%20HARIADI%20201210201102.pdf>
- Jaliana, Suhadi, & Sety, L. O. M. (2018). faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian asam urat pada usia 20-44 tahun di RSUD Batheramas provinsi sulawesi tenggara tahun 2017. *Jimkesmas*, 3(2), 1–13. Retrieved from <http://ojs.uho.ac.id/index.php/JIMKESMAS/article/download/3925/3003>
- Komite Penanggulangan Kanker Nasional. 2019. Pedoman Strategi & Langkah Aksi Peningkatan Aktivitas Fisik. Jakarta: KPKN
- Kudha Kristiana Andriani. 2017. Hubungan Pola Makan dengan Kadar Asam Urat di Desa Kolongan Kecamatan Kalawat. (Skripsi, Universitas Katolik De La Salle Manado). Di akses pada 19 Januari 2021 dari <https://repo.unikadelasalle.ac.id/357/1/Andriani%20k%20Kudha.pdf>
- Lingga Lanny. 2012. Bebas Penyakit Asam Urat Tanpa Obat. Jakarta Selatan: Agro Media Pustaka
- Natania, N., & Malinti, E. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Asam Urat Di Rw 13 Kampung Mokla, Kecamatan Parongpong. *Klabat Journal of Nursing*, 2(2), 17.
- Notoadmojo Soekidjo. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Nursalam. 2020. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Pendekatan Praktis Edisi 5. Jakarta: Salemba Medika

- Nuzul, A., & Sudiarti, P. E. (2020). JURNAL NERS Research & Learning in Nursing Science Hubungan Nyeri Artritis Rheumatoid Dengan Tingkat Kemandirian Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Tahun 2020, 4, 90–95.
- Pambudi, A. (2015). Jurnal Media Medika Muda. *Karakteristik Kejadian Penyakit Ginjal Kronik Pada Sindrom Nefrotik Anak*, 4(3), 218–228.
- Prasetyaningrum, E., & Amalia, Y. (2016). Pengaruh pola hidup terhadap kenaikan asam urat. *Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi*, 1–6.
- Ridhoputrie, M., Karita, D., Romdhoni, M. F., & Kusumawati, A. (2019). Hubungan Pola Makan Dan Gaya Hidup Dengan Kadar Asam Urat Pralansia Dan Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas I Kembaran, Banyumas, Jawa Tengah. *Herb-Medicine Journal*, 2(1), 43–50. <https://doi.org/10.30595/hmj.v2i1.3481>
- Rini . (2017). Hubungan Jenis Kelamin dan Asupan Purin dengan Kadar Asam Urat pada Lansia di Posyandu Peduli Insani Mendungan Desa Pabelan Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo. (Publikasi Ilmiah, Universitas Muhammadiyah Surakarta). Diakses pada 28 Mei 2021 dari <http://eprints.ums.ac.id/49781/24/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>
- Riset Kesehatan Dasar. 2018. Jumlah Penderita Penyakit Sendi. Kemenkes RI: RISKESDAS
- Saputra Andika & Ovan. 2020. CAMI: Aplikasi Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Berbasis Web. Sulawesi Selatan: Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia
- Sayekti, S. (2018). Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Pada Pra Lansia Di Rt:02/Rw:02 Desa Candimulyo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang. *Jurnal Insan Cendekia*, 4(2), 9–19.
- Seran, R., Bidjuni, H., & Onibala, F. (2016). Hubungan Antara Nyeri Gout Arthritis Dengan Kemandirian Lansia Di Puskesmas Towuntu Timur Kecamatan Pasan Kabupaten Minahasa Tenggara. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 4(1), 107451.
- Songgigilan, A. M. G., & Kundre, R. (2019). Hubungan Pola Makan Dan Tingkat Pengetahuan Dengan Kadar Asam Urat Dalam Darah Pada Penderita Gout Artritis Di Puskesmas Ranotana Weru. *Hubungan Pola Makan Dan Tingkat*

Pengetahuan Dengan Kadar Asam Urat Dalam Darah Pada Penderita Gout Arthritis Di Puskesmas Ranotana Weru, 7(1), 1–8.

Sudarsono, T. A., Dhanti, K. R., Studi, P., Laboratorium, T., Universitas, M., Purwokerto, M., ... Indonesia, D. (2019). Analisis faktor risiko yang mempengaruhi kadar asam urat pada remaja, (2011), 200–205.

Suswitha, D., Arindari, D. R., Iii, P. D., Stik, K., Khadijah, S., Ilmu, P., ... Khadijah, S. (2020). Hubungan aktivitas fisik dengan nyeri rematoid artritis pada lansia, 5, 121–131.

Syahradesi, yessy & yusnaini. (2020). Counseling About Gout's Disease and Physical Training For Community In Stambul Jaya Village, Tanoh Alas Sub-District, Aceh Tenggara District, 2(September), 86–91.

Syarifuddin, L. A., Taiyeb, A. M., & Caronge, M. W. (2019). Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kadar Asam Urat Dalam Darah Pada Penderita Asam Urat (Gout) di Wilayah Kerja Puskesmas Sabbangparu Kabupaten Wajo Relationship of Diet and Physical Activity with Blood Uric Acid Levels in Gout Patients in t. *Prosiding Seminar Nasioal Biologi VI*, 372–381. Retrieved from <https://ojs.unm.ac.id/semnasbio/article/viewFile/10579/6201>

Telaumbanua, M. A., Sucipto, A., & Fadlilah, S. (2017). Pencegahan dengan Kadar Asam Urat pada Masyarakat Dusun Demangan Wedomartini, Ngemplak, Sleman, Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 4(3), 226–231. Retrieved from <http://nursingjurnal.respati.ac.id/index.php/JKRY/index>

Thayibah, R., Ariyanto, Y., & Ramani, A. (2018). Hiperurisemia Pada Remaja di Wilayah Kerja Puskesmas Arjasa Kabupaten Situbondo Hyperuricemia in Adolescents (16-24 Years Old) in Arjasa Primary Health Center, Situbondo Regency. *Pustaka Kesehatan*, 6(1), 38.

Yenrina, R., Krisnatuti, D., & Rasjmida, D., (2014). Diet Sehat untuk Penderita Asam Urat. Jakarta Timur: Penebar Swadaya

Yusuf Muri. 2014. Metode Penelitian: Kuantitatif Kualitatif dan Penelitian Gabungan. Edisi 1. Jakarta: Kencana