

**PERBEDAAN POLA KONSUMSI PURIN DAN AKTIVITAS
FISIK BERDASARKAN KEJADIAN HIPERURISEMIA PADA
STAF DI SEKOLAH POLISI NEGARA (SPN) POLDA BALI**



Oleh :

NI PUTU DEVIANASARI
P07131216022

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2020**

**PERBEDAAN POLA KONSUMSI PURIN DAN AKTIVITAS
FISIK BERDASARKAN KEJADIAN HIPERURISEMIA PADA
STAF DI SEKOLAH POLISI NEGARA (SPN) POLDA BALI**

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi dan Dietetika
Program Sarjana Terapan Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar**

Oleh :

**NI PUTU DEVIANASARI
P07131216022**

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2020**

LEMBAR PERSETUJUAN

PERBEDAAN POLA KONSUMSI PURIN DAN AKTIVITAS FISIK BERDASARKAN KEJADIAN HIPERURISEMIA PADA STAF DI SEKOLAH POLISI NEGARA (SPN) POLDA BALI

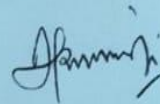
TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama,



Ni Made Dewantari, SKM.M.FOR
NIP. 196505021989032001

Pembimbing Pendamping,



Ir. Desak Putu Sukraniti, M.Kes
NIP. 19512111982012001

MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



Dr. Ni Komang Wiardani SST, M.Kes
NIP. 196703161990032002

PENELITIAN DENGAN JUDUL :

PERBEDAAN POLA KONSUMSI PURIN DAN AKTIVITAS FISIK BERDASARKAN KEJADIAN HIPERURISEMIA PADA STAF DI SEKOLAH POLISI NEGARA (SPN) POLDA BALI

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : Kamis

TANGGAL : 14 Mei 2020

TIM PENGUJI :

Ni Nyoman Astika Dewi, S.Gz,M.Biomed

(Ketua)

(*Handwritten signature*)

Dr.Ni Komang Wiardani SST,M.Kes

(Anggota I)

(*Handwritten signature*)

Ni Made Dewantari,SKM.M.FOr

(Anggota II)

(*Handwritten signature*)

MENGETAHUI :

**KETUA JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR**



**Dr. Ni Komang Wiardani SST,M.Kes
NIP. 196703161990032002**

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Putu Devianasari
NIM : P07131216022
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2019/2020
Alamat : Jalan Tunjung No 5 Singaraja, Buleleng, Bali

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Perbedaan Pola Konsumsi Purin Dan Aktivitas Fisik Berdasarkan Kejadian Hiperurisemia Pada Staf Di Sekolah Polisi Negara (SPN) Polda Bali adalah **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai peraturan mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Denpasar, 14 Mei 2020

Yang membuat pernyataan



Ni Putu Devianasari
NIM.P07131216022

ABSTRAK

Hiperurisemia adalah keadaan dimana terjadi peningkatan kadar asam urat darah diatas batas normal. Hasil Risesdas 2013 didapatkan prevalensi penyakit sendi berdasarkan diagnosis (tenaga kesehatan) tertinggi di provinsi Bali (19,3%). Kadar purin tinggi disebabkan oleh pola makan yang salah dimana banyak mengonsumsi protein tinggi dan makanan yang tinggi purin. Selain itu salah satu faktor lain dari penyebab meningkatnya kadar asam urat di dalam tubuh yaitu aktivitas fisik. Tujuan penelitian ini untuk membuktikan perbedaan pola konsumsi purin dan aktifitas fisik berdasarkan kejadian hiperurisemia pada staf di SPN Polda Bali. Jenis penelitian adalah observasional dengan menggunakan desain *crosssectional*. Menggunakan uji Independent Sample T-test untuk menganalisis perbedaan. Jumlah staf yang mengonsumsi purin tinggi dengan status hiperurisemia sebanyak 91,9%, konsumsi jenis purin sedang dengan status hiperurisemia sebanyak 67,7% dan frekuensi mengonsumsi purin kategori sering dengan status hiperurisemia sebanyak 91,1%. Pada aktivitas fisik sedang dengan status hiperurisemia sebanyak 86,6%. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ada perbedaan bermakna pola konsumsi dan aktivitas fisik berdasarkan kejadian hiperurisemia pada staf di SPN Polda Bali dengan $p < 0,05$

Kata Kunci : Hiperurisemia, Pola Konsumsi Purin, Aktivitas Fisik

ABSTRACT

Hyperuricemia is a condition where there is an increase in blood uric acid levels above normal. The results of Riskesdas 2013 found the highest prevalence of joint disease based on diagnosis (health workers) in the province of Bali (19.3%). High purine levels are caused by incorrect dietary consumption which consumes and a lot of high protein. In addition, one of the other factors causing the increased levels of uric acid in the body is physical activity. The purpose of this study was to prove the differences in purine consumption patterns and physical activity based on the incidence of hyperuricemia on staff at the Bali Police SPN. This type of research is observational using a cross sectional design. Use the Independent Sample T-test to analyze differences. The number of staff consuming high purines with hyperuricemia status was 91.9%, moderate purine type consumption with hyperuricemia status was 67.7% and the frequency of consuming purines often with hyperuricemia status was 91.1%. In moderate physical activity with hyperuricemia status as much as 86.6%. The results of this study indicate that there are significant differences in consumption patterns and physical activity based on the incidence of hyperuricemia on staff at the Bali Police SPN with $p < 0,05$

Keywords: Hyperuricemia, Purine Consumption Pattern, Physical Activity

RINGKASAN PENELITIAN

PERBEDAAN POLA KONSUMSI PURIN DAN AKTIVITAS FISIK BERDASARKAN KEJADIAN HIPERURISEMIA PADA STAF DI SEKOLAH POLISI NEGARA (SPN) POLDA BALI

Oleh : NI PUTU DEVIANASARI (P07131216022)

Hiperurisemia adalah keadaan dimana terjadi peningkatan kadar asam urat (AU) darah di atas normal. Salah satu penyebab dari penyakit asam urat yaitu penimbunan kristal monosodium urat di dalam tubuh. Hasil Riskesdas 2013 didapatkan prevalensi penyakit sendi berdasarkan diagnosis nakes (tenaga kesehatan) tertinggi di provinsi Bali (19,3%). Kadar purin tinggi disebabkan oleh pola makan yang salah dimana banyak mengonsumsi protein tinggi. Salah satu faktor lain dari penyebab meningkatnya kadar asam urat di dalam tubuh yaitu aktivitas fisik. Aktivitas fisik dapat menyebabkan penurunan purin (penurunan adenin nukleotida) di otot meningkatkan hipoksantin sehingga menurunkan produksi purin.

Tujuan penelitian ini untuk membuktikan perbedaan pola konsumsi purin dan aktifitas fisik berdasarkan kejadian hiperurisemia pada staf di SPN Polda Bali. Jenis penelitian adalah *observasional* dengan menggunakan desain *crosssectional*. Jumlah sampel adalah 37 yang menderita hiperurisemia dan 37 tidak hiperurisemia. Data status hiperurisemia berupa nilai kadar asam urat yang diperoleh dengan mengambil darah sampel menggunakan alat pengukuran kadar asam urat kemudian dicatat. Untuk data pola konsumsi (jumlah, jenis dan frekuensi purin) dan aktivitas fisik diperoleh dengan mewawancarai sampel menggunakan kuisisioner SQ-FQQ dengan konsumsi satu bulan terakhir dan kuisisioner IPAQ. Menggunakan uji Independent Sample T-test untuk menganalisis uji perbedaan.

Hasil analisis menunjukkan sampel dengan status hiperurisemia didapatkan sebanyak 3 sampel (8,1%) jumlah konsumsi purin normal dan 34 sampel (91,9%) jumlah konsumsi purin tinggi. Sedangkan sampel dengan status tidak hiperurisemia didapatkan 2 sampel (5,4%) jumlah konsumsi purin rendah, 28 sampel (75,7%)

jumlah konsumsi normal dan 7 sampel (18,9%) jumlah konsumsi purin tinggi. Hasil analisis Independent *T-Test* menunjukkan bahwa ada perbedaan bermakna pada jumlah purin yang dikonsumsi antara kelompok hiperurisemia dan tidak hiperurisemia dengan nilai p value = 0,00.

Jenis purin yang dikonsumsi, diketahui dari 37 sampel yang menderita hiperurisemia sebagian besar konsumsi jenis purin dengan kategori sedang sebanyak 25 sampel (67,6%), konsumsi jenis purin tinggi sebanyak 9 sampel (24,3%) dan konsumsi jenis purin dengan kategori rendah sebanyak 3 sampel (8,15). Sedangkan dari 37 sampel yang tidak hiperurisemia sebanyak 19 sampel (51,4%) konsumsi jenis purin rendah, konsumsi purinnya sedang sebanyak 14 sampel (37,8%) dan konsumsi jenis purinnya tinggi sebanyak 4 sampel (10,8%). Hasil analisis Independent *T-Test* menunjukkan bahwa ada perbedaan bermakna pada jenis purin antara kelompok hiperurisemia dan tidak hiperurisemia dengan nilai p value = 0,00.

Hasil menunjukkan frekuensi mengonsumsi purin pada sampel yang menderita hiperurisemia sebanyak 3 sampel (8,1%) jarang mengonsumsi purin dan 34 sampel (91,9%) sering mengonsumsi purin. Sedangkan pada sampel yang tidak hiperurisemia didapatkan 11 sampel (29,7%) jarang mengonsumsi purin dan 26 sampel (70,3%) sering mengonsumsi purin. Hasil analisis Independent *T-Test* menunjukkan bahwa ada perbedaan bermakna pada frekuensi purin antara kelompok hiperurisemia dan tidak hiperurisemia dengan nilai p value = 0,017.

Hasil analisis aktivitas fisik dengan status hiperurisemia didapatkan 32 sampel (86,5%) dengan aktivitas fisik sedang dan 5 sampel (13,5%) dengan aktivitas fisik tinggi. Sedangkan dengan status tidak hiperurisemia didapatkan 19 sampel (51,4%) dengan aktivitas fisik sedang dan 18 sampel (48,6%) dengan aktivitas fisik tinggi. Hasil analisis Independent *T-Test* menunjukkan bahwa ada perbedaan bermakna pada aktivitas fisik antara kelompok hiperurisemia dan tidak hiperurisemia dengan nilai p value = 0,00.

Oleh karena itu, disarankan pada staf yang menderita hiperurisemia untuk lebih memperhatikan pola konsumsi purin dan secara rutin melakukan aktivitas fisik.

Daftar Bacaan : 52 (2001-2018)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa/ Ida Sang Hyang Widhi Wasa yang telah melimpahkan rahmat-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “ Perbedaan Pola Konsumsi Dan Aktivitas Fisik Berdasarkan Kejadian Hiperurisemia Di Sekolah Polisi Negara (SPN) Polda Bali” dengan baik, tepat waktu dan tidak ada hambatan.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Ni Made Dewantari,SKM.M.FOr sebagai pembimbing utama dan Ibu Ir. Desak Putu Sukraniti,M.Kes sebagai pembimbing pendamping yang telah memberikan banyak koreksi, saran dan penuntun penulisan dalam skripsi ini.
2. Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar, Ketua Jurusan Gizi dan Ketua Prodi Prodi Gizi dan Dietetika Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian skripsi ini.
3. Tim Penguji yang memberikan arahan dan masukkan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Kepala SPN dan jajaran serta tenaga kesehatan yang telah membantu dalam mendukung dan membantu kelancaran dalam kegiatan penelitian
5. Teman-teman di Jurusan Gizi yang telah banyak memberikan dukungan selama penyusunan skripsi ini.
6. Keluarga tercinta yang telah memberikan dukungan baik berupa dukungan moral, spiritual, dan material dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna karena keterbatasan pengetahuan yang dimiliki oleh penulis. Untuk itu, kritik dan saran membangun sangat penulis harapkan guna perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini, akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Denpasar, Mei 2020

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
PENELITIAN DENGAN JUDUL.....	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
RINGKASAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Hiperurisemia.....	6
B. Pola Konsumsi Makanan Sumber Purin.....	15
C. Aktifitas Fisik.....	25
BAB III KERANGKA KONSEP.....	33
A. Kerangka Konsep.....	33
B. Variabel Penelitian Dan Definisi Operasional.....	34
C. Hipotesis.....	36

BAB IV METODE PENELITIAN	37
A. Jenis Penelitian.....	37
B. Tempat Dan Waktu Penelitian	37
C. Populasi Dan Sampel.....	38
D. Jenis data dan teknik pengumpulan data.....	40
E. Alat dan Instrumen Pengumpulan Data	41
F. Pengolahan dan Analisis Data.....	42
G. Etika Penelitian	46
BAB V HASIL dan PEMBAHASAN.....	48
A. Hasil	48
B. Pembahasan.....	61
BAB IV KESIMPULAN dan SARAN	67
A. Kesimpulan	67
B. Saran	68
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	76

DAFTAR TABEL

Nomor	Halaman
1. Kadar Asam Urat.....	6
2. Daftar Bahan Makanan Menurut Kadar Purin	23
3. Kadar Purin Dalam Berbagai Makanan	24
4. Pengelompokan Jenis Pekerjaan Berdasarkan Kebutuhan Energi	27
5. Kategori Tingkat Aktivitas Fisik Dengan Nilai PAL.....	31
6. Definisi Operasional.....	36
7. Sebaran Sampel Hiperurisemia Dan Tidak Hiperurisemia Berdasarkan Jumlah Purin Yang Dikonsumsi Dengan Kadar Asam Urat	53
8. Sebaran Sampel Hiperurisemia Dan Tidak Hiperurisemia Berdasarkan Jenis Purin Yang Dikonsumsi Dengan Kadar Asam Urat	54
9. Sebaran Sampel Hiperurisemia Dan Tidak Hiperurisemia Berdasarkan Frekuensi Mengonsumsi Purin Dengan Kadar Asam Urat.....	55
10. Sebaran Sampel Hiperurisemia Dan Tidak Hiperurisemia Berdasarkan Aktivitas Fisik.....	56
11. Kadar Asam Urat Darah Pada Kelompok Hiperurisemia Dan Tidak Hiperurisemia.....	57
12. Uji Beda Jumlah Purin Pada Kelompok Hiperurisemia Dan Tidak Hiperurisemia.....	58
13. Uji Beda Jenis Purin Pada Kelompok Hiperurisemia Dan Tidak Hiperurisemia.....	59
14. Uji Beda Frekuensi Purin Pada Kelompok Hiperurisemia Dan Tidak Hiperurisemia.....	60
15. Uji Beda Aktivitas Fisik Pada Kelompok Hiperurisemia Dan Tidak Hiperurisemia.....	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konsep.....	33
2. Sebaran Status Hiperurisemia Pada Sampel	49
3. Sebaran Sampel Menurut Umur.....	50
4. Sebaran Sampel Menurut Jenis Kelamin	51
5. Sebaran Sampel Menurut Pendidikan.....	52

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Halaman
1. Persetujuan Etik	77
2. Ijin Penelitian Provinsi	78
3. Ijin Penelitian Kabupaten	79
4. Persetujuan Setelah Penjelasan	80
5. Kuisisioner Identitas.....	82
6. Kuisisioner SQQ-FQQ.....	84
7. Kuisisioner Aktivitas Fisik	86
8. Foto Kegiatan	88
9. Hasil Pengolahan data.....	89

