

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PROGRAM STUDI DIET GIZI**

TUGAS AKHIR, 2022

NADIA ANGGELA WARDANA.BR

**GAMBARAN POLA KONSUMSI PROTEIN DAN GAYA HIDUP
TERHADAP KADAR ASAM URAT SUPIR TRAVEL TRAYEK
PEKANBARU-TEMBILAHAN**

xii + 60 halaman + 10 tabel + 9 lampiran

INTISARI

Supir merupakan kelompok masyarakat dimana kondisi kesehatannya harus optimal untuk dapat menjalankan pekerjaannya. Kebiasaan sebagian besar supir yang sering mengkonsumsi makanan berlemak, asin, jeroan dan makanan sejenis ditempat bekerja serta ditambah dengan gaya hidup yang tidak baik diduga dapat menyebabkan timbulnya berbagai penyakit yang berpengaruh terhadap kesehatan supir tersebut salah satunya penyakit asam urat. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat gambaran pola konsumsi protein dan gaya hidup terhadap kadar asam urat supir travel trayek Pekanbaru-Tembilahan.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan desain penelitian *crosssectional*. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *total sampling* berjumlah 23 orang. Data yang dikumpulkan yaitu data identitas responden, pola konsumsi protein dan gaya hidup yang dikumpulkan melalui wawancara menggunakan kuesioner yang kemudian dianalisis secara univariat.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa supir travel yang memiliki pola konsumsi protein pada kategori jarang yaitu (60,9%), aktifitas fisik yang kurang (60,9%), kebiasaan merokok (100%), kebiasaan minum kopi (60,9%), kebiasaan istirahat yang tidak cukup (69,6%), dan mayoritas memiliki kadar asam urat yang normal (65,2%). Diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat melakukan penelitian dengan tambahan variabel lainnya seperti Indeks Masa Tubuh (IMT) dan zat gizi yang lainnya untuk melihat hubungannya dengan kadar asam urat dalam darah.

Daftar Pustaka : 23 (2019-2021)

Kata kunci : Pola Konsumsi Protein, Gaya Hidup, Asam urat

**MINISTRY OF HEALTH, REPUBLIC OF INDONESIA
POLYTECHNIC OF HEALTH, RIAU
DIPLOMA III NUTRITION STUDY PROGRAM**

FINAL PROJECT, 2022
NADIA ANGGELA WARDANA.BR

**AN OVERVIEW OF PROTEIN CONSUMPTION PATTERNS AND
LIFESTYLE ON URIC ACID LEVELS FOR PEKANBARU-
TEMBILAHAN TRAVEL DRIVERS**

xii + 60 pages + 10 table + 9 attachment

ABSTRACT

Drivers are a group of people whose health conditions must be optimal to be able to carry out their work. The habit of most drivers who often consume fatty, salty, offal and similar foods at work and coupled with an unhealthy lifestyle is thought to cause various diseases that affect the health of the driver, one of which is gout. The purpose of this study was to describe the pattern of protein consumption and lifestyle of the uric acid levels of the Pekanbaru-Tembilahan travel driver.

This research is a descriptive study with a cross-sectional research design. Sampling technique using a total sampling of 23 people. The data collected were respondent identity data, protein consumption patterns and lifestyle which were collected through interviews using questionnaires which were then analyzed univariately.

The results of this study indicate that travel drivers who have a protein consumption pattern in the rare category are (60.9%), lack of physical activity (60.9%), smoking habits (100%), coffee drinking habits (60.9%) , inadequate rest habits (69.6%), and the majority had normal uric acid levels (65.2%). It is hoped that further researchers will be able to conduct research with additional variables such as Body Mass Index (BMI) and other nutrients to see the relationship with uric acid levels in the blood.

Bibliography : 23 (2012 – 2021)

Keywords : Protein Consumption Patterns, Lifestyle, and Uric Acid Levels