

DAFTAR ISI

	Halaman
Persetujuan	
Abstrack	
Abstrak	
Kata Pengantar	i
Daftar Isi	iii
Daftar Tabel	v
Daftar Gambar	vi
Daftar Singkatan	vii
BAB 1. PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Rumusan Masalah	3
1.3. Tujuan Penelitian	4
1.4. Manfaat Penelitian	5
BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA	
2.1. Asam Urat	6
2.1.1. Definisi Asam Urat	6
2.1.2. Struktur Asam Urat	7
2.1.3. Metabolisme Asam Urat	8
2.1.4. Ekskresi Asam Urat	10
2.1.5. Konsentrasi Asam Urat dalam Darah	11
2.1.6. Makanan Sumber Purin	12
2.1.7. Pemeriksaan Kadar Asam Urat Darah	12
2.1.8. Kelainan katabolisme purin	13
2.1.8.1. Hiperurisemia	13
2.1.8.2. Hipourisemia	14
2.2. Vitamin C	14
2.2.1. Definisi Vitamin C	14
2.2.2. Sejarah dan Struktur Vitamin C	15
2.2.3. Manfaat Vitamin C	15
2.2.3.1. Vitamin C sebagai Penguat Daya Tahan Tubuh	15
2.2.3.2. Vitamin C sebagai Antioksidan	16
2.2.3.3. Vitamin C terhadap Asam Urat	17
2.2.4. Farmakokinetik Vitamin C	18

2.2.5. Kebutuhan Vitamin C	18
2.2.6. Sumber Vitamin C	19
2.2.7. Bentuk Sediaan Vitamin C	20
2.2.8. Defisiensi Vitamin C	20
2.2.9. Efek Samping Vitamin C	21
2.3. Olahraga	21
2.3.1. Fisiologi Olahraga	21
2.3.1.1. Perubahan pada Sistem Kardiovaskuler	22
2.3.1.2. Perubahan pada Sistem Respirasi	23
2.3.1.3. Perubahan pada Sistem Metabolisme	24
2.3.1.4. Perubahan pada Sistem Muskuloskeletal	24
2.3.2. Jenis Olahraga	25
2.3.2.1. Olahraga Aktivitas Aerobik Dominan	25
2.3.2.2. Olahraga Aktivitas Anaerobik Dominan	26
2.3.2.3. Olahraga Kombinasi Aktivitas Aerobik dan Anaerobik	26
2.3.3. Hubungan Olahraga terhadap Asam Urat	27
BAB 3. KERANGKA TEORI, KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS PENELITIAN	28
3.1. Kerangka Teori	28
3.2. Kerangka Konsep	29
3.3. Hipotesis Penelitian	29
BAB 4. METODE PENELITIAN	30
4.1. Desain Penelitian	30
4.2. Lokasi dan Waktu Penelitian	30
4.3. Populasi dan Sampel Penelitian	30
4.4. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	31
4.5. Bahan dan Instrumen Penelitian	32
4.6. Prosedur Pengambilan Data	32
4.7. Alur Penelitian	35
4.8. Cara Pengolahan dan Analisis Data	36
BAB 5. HASIL PENELITIAN	37
BAB 6. PEMBAHASAN	40
BAB 7. PENUTUP	43
7.1. Kesimpulan	43
7.2. Saran	43
Daftar Pustaka	44
Lampiran	