

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian gambaran kadar asam urat pada petani dan guru sekolah dasar di Tarus, Kecamatan Kupang Tengah terhadap 50 responden yang terdiri dari 25 guru dan 25 petani, sebanyak 36% responden mengalami kadar asam urat tinggi dengan jumlah yang setara antara guru dan petani, yaitu masing-masing 9 responden (18%). Berdasarkan karakteristik responden dapat disimpulkan bahwa:

- a. Berdasarkan kategori usia, kadar asam urat tinggi ditemukan pada kategori pra lansia (50–60 tahun), yaitu 4 responden guru (8%) dan 6 responden petani (12%).
- b. Berdasarkan jenis kelamin, kadar asam urat tinggi pada perempuan ditemukan sebanyak 7 responden guru (14%) dan 6 responden petani (12%).
- c. Berdasarkan asupan purin, kadar asam urat tinggi ditemukan pada kategori asupan purin tinggi, yaitu 7 responden guru (14%) dan 6 responden petani (12%).
- d. Berdasarkan konsumsi alkohol, kadar asam urat tinggi ditemukan pada kategori konsumsi alkohol ringan, yaitu 7 responden guru (14%) dan 8 responden petani (16%).
- e. Berdasarkan masa kerja, seluruh responden memiliki masa kerja >5 tahun, dengan kadar asam urat tinggi ditemukan pada guru dan petani masing-masing 9 responden (18%).

- f. Berdasarkan aktivitas fisik, kadar asam urat tinggi ditemukan pada guru dengan aktivitas fisik ringan sebanyak 7 responden (14%) dan pada petani dengan aktivitas fisik berat sebanyak 7 responden (14%).

B. Saran

1. Bagi masyarakat

Masyarakat, khususnya petani dan guru sekolah dasar di Tarus, Kecamatan Kupang Tengah, diharapkan menjaga pola hidup sehat dengan mengurangi konsumsi makanan tinggi purin dan alkohol serta rutin memeriksa kadar asam urat untuk mencegah hiperurisemia dan komplikasi asam urat.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan menggunakan jumlah sampel lebih besar dan metode analitik untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dan faktor risiko lain terhadap kadar asam urat, serta menambahkan variabel seperti IMT, riwayat genetik, penggunaan obat. Serta memperluas cakupan penelitian dengan melibatkan berbagai jenis profesi lain di luar guru dan petani.