BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik peminum tuak didapatkan hasil terbanyak dengan rentang umur 20-34 tahun dengan persentase 41,5%, lama konsumsi tuak terbanyak yaitu > 8 tahun dengan persentase 46,5%, frekuensi konsumsi tuak terbanyak yaitu 1-2 x/seminggu dengan persentase 60,9%, kebiasaan konsumsi makanan tinggi purin terbanyak yaitu < 2 x/seminggu atau jarang dengan persentase 56,1%, dan tidak memiliki riwayat keturunan dengan persentase 87,5%.
2. Kadar asam urat pada 41 responden yaitu sebanyak 36,5% memiliki kadar asam urat normal dan sebanyak 63,5% memiliki kadar asam urat tinggi.
3. Kadar asam urat tinggi lebih didominasi pada kelompok umur 35-49 tahun dengan persentase 24,5%, lama konsumsi tuak > 8 tahun dengan persentase 41,4%, frekuensi konsumsi tuak yaitu 1-2 x/seminggu dengan persentase 34,2%, kebiasaan konsumsi makanan tinggi purin ≥ 3 x/seminggu 31,7%, dan tidak memiliki riwayat keturunan sebanyak 51,2%.

B. Saran

1. Kepada masyarakat yang mengonsumsi tuak, untuk mengurangi risiko meningkatnya kadar asam urat dalam darah dengan mengurangi konsumsi tuak secara perlahan dan tidak terlalu sering mengonsumsi tuak,

mengurangi asupan tinggi purin seperti kacang-kacangan serta jeroan, serta untuk masyarakat yang sudah lanjut usia agar lebih memperhatikan pola hidup dan pola makan untuk mengurangi risiko peningkatan kadar asam urat.

2. Kepada pihak-pihak yang mengadakan penelitian serupa, agar lebih mengontrol faktor risiko lain yang dapat mempengaruhi peningkatan kadar asam urat secara langsung seperti indeks massa tubuh, konsumsi obat diuretik, atau adanya faktor dari penyakit lain seperti hipertensi, diabetes, batu ginjal sehingga hasil yang diperoleh lebih dapat mencerminkan secara murni gambaran kadar asam urat darah pada responden.