

## **BAB VI**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran kadar asam urat pada wanita menopause di Banjar Manuk, Kecamatan Susut, Kabupaten Bangli, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Wanita menopause di Banjar Manuk, Kecamatan Susut, Kabupaten Bangli dengan karakteristik usia paling banyak pada usia  $\geq 60$  tahun yaitu 17 orang (39,5%), dan aktivitas fisik paling banyak pada kategori aktivitas fisik sedang yang berjumlah 22 orang (51,2%).
2. Wanita menopause di Banjar Manuk, Kecamatan Susut, Kabupaten Bangli memiliki kadar asam urat normal yaitu sebanyak 24 orang (55,8%), dan kadar asam urat tinggi sebanyak 19 orang (44,2%).
3. Berdasarkan kadar asam urat tinggi sebanyak 19 responden, kategori usia paling banyak yaitu usia 55-59 tahun sebanyak 10 orang (23,3%) dan kategori aktivitas fisik ditemukan pada aktivitas fisik sedang yaitu sebanyak 10 orang (23,3%).

## **B. Saran**

1. Bagi Wanita Menopause di Banjar Manuk, Kecamatan Susut, Kabupaten Bangli yang memiliki kadar asam urat tinggi disarankan untuk melakukan pemeriksaan lanjutan baik ke puskesmas ataupun layanan kesehatan lainnya, wanita menopause juga diharapkan untuk menerapkan pola hidup sehat dan menjaga pola makan dengan mengonsumsi makanan yang tinggi serat seperti buah dan sayur.
2. Bagi pemerintah Banjar Manuk, Kecamatan Susut, Kabupaten Bangli diharapkan untuk memberikan sosialisasi mengenai pentingnya melakukan pemeriksaan dini kadar asam urat (*Screening*) pada masyarakat Banjar Manuk khususnya wanita menopause.
3. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan bisa melakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor lain yang dapat menyebabkan peningkatan kadar asam urat pada wanita menopause yang tidak diteliti oleh peneliti seperti pola makan, keturunan, indeks masa tubuh (IMT).