

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian kadar asam urat pada peminum kopi di Desa Besuki, Kecamatan Besuki, Kabupaten Situbondo yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa:

1. Berdasarkan karakteristik responden ditemukan kelompok usia terbanyak adalah usia 17-24 tahun 38,82% dan paling sedikit usia 65-72 tahun yaitu 1,18%. Jenis kelamin terbanyak adalah laki-laki yaitu 63,53% dan paling sedikit usia perempuan yaitu 36,47%. Aktivitas fisik terbanyak adalah aktivitas baik yaitu 71,76% dan aktivitas fisik paling sedikit adalah aktivitas kurang yaitu 28,24%. Lamanya konsumsi kopi paling banyak adalah 3-9 tahun 40,00% dan paling sedikit adalah 45-51 tahun yaitu 4,71%. Frekuensi konsumsi kopi paling banyak adalah 400 ml yaitu 47,06% dan paling sedikit adalah 800 ml yaitu 4,71%.
2. Kadar asam urat pada peminum kopi di Desa Besuki, Kecamatan Besuki, Kabupaten Situbondo didapatkan hasil kadar asam urat normal sebanyak 86% dan kadar asam urat tinggi sebanyak 14%.
3. Kadar asam urat normal dominan ditemukan 17-24 tahun yaitu 36,47%, jenis kelamin laki-laki yaitu 54,12%, aktivitas fisik kategori baik yaitu 65,88%, lamanya mengonsumsi kopi kategori 3-9 yaitu 37,65%, dan frekuensi konsumsi kopi kategori 400 ml yaitu 42,35%. Sedangkan, kadar asam urat tinggi dominan ditemukan pada usia 57-64 tahun yaitu 3,53%, jenis kelamin laki-laki yaitu 9,41%, aktivitas fisik kategori kurang yaitu 7,06%, lamanya mengonsumsi kopi

kategori 24-30 tahun dan 38-44 tahun yaitu 3,53%, dan frekuensi konsumsi kopi kategori 200 ml yaitu 5,88%.

B. Saran

1. Bagi instansi pendidikan agar karya tulis ilmiah ini dapat dijadikan pedoman dalam menambah wawasan mengenai gambaran kadar asam urat pada peminum kopi serta menambah sumber-sumber buku perpustakaan sebagai bahan informasi dan referensi untuk mendukung penulisan karya tulis ilmiah.
2. Bagi masyarakat yang mengonsumsi kopi diharapkan untuk memperhatikan tingkat konsumsi kopi per-harinya agar kopi yang dikonsumsi tidak memberikan efek negatif serta dapat menjaga aktivitas fisik yang dilakukan agar tubuh dapat bereaksi positif terhadap apa yang dikonsumsi.
3. Bagi peneliti lainnya jika mengambil penelitian kadar asam urat pada peminum kopi dapat menambahkan kategori konsumsi makanan tinggi purin.