

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran kadar asam urat pada peminum arak di Banjar Tegal Antugan Desa Nyitdah Kediri Tabanan dapat disimpulkan bahwa :

1. Karakteristik peminum arak didapatkan hasil terbanyak dengan rentang usia 41 – 60 tahun sebesar 42%, frekuensi minum arak terbanyak yaitu pada kategori 1 – 2 kali seminggu sebesar 55% dan karakteristik berdasarkan konsumsi tinggi purin terbanyak yaitu kategori ≥ 3 kali seminggu sebesar 58%.
2. Kadar asam urat pada 38 responden peminum arak didapatkan hasil kadar asam urat yang normal sebesar 32% dan hasil kadar asam urat yang tinggi yaitu sebesar 68%.
3. Hasil kadar asam urat tinggi sebagian besar pada rentang usia 41 – 60 tahun sebesar 65%, frekuensi minum arak kategori 1 – 2 kali seminggu sebesar 46% dan konsumsi makanan tinggi purin kategori ≥ 3 kali seminggu sebesar 65%.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, adapun saran yang dapat penulis berikan yaitu:

1. Bagi masyarakat peminum arak, agar dapat mengurangi secara perlahan konsumsi minuman arak untuk mengurangi resiko peningkatan kadar asam urat dalam darah dan mengurangi asupan makanan yang tinggi purin seperti kacang – kacangan, jeroan serta memperhatikan pola hidup dan pola makan agar kadar asam urat tidak melebihi batas normal.

2. Bagi Puskesmas setempat, diharapkan untuk meningkatkan kegiatan penyuluhan kesehatan terhadap masyarakat terkait pentingnya pemeriksaan rutin kadar asam urat.
3. Bagi peneliti selanjutnya, dapat dilakukan penelitian yang sama dengan menambahkan faktor – faktor lain seperti lama konsumsi arak dan volume minum arak. Selain itu juga menambahkan faktor - faktor penyebab lainnya yang dapat mempengaruhi peningkatan kadar asam urat secara langsung seperti indeks massa tubuh, riwayat keturunan dan adanya faktor penyakit lain seperti diabetes, batu ginjal, hipertensi serta dapat dilakukan dengan metode pemeriksaan *uricase*-PAP.