

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai gambaran kadar asam urat pada pedagang usia menopause di Pasar Kidul Bangli tahun 2026, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik pedagang usia menopause di Pasar Kidul Bangli terbagi berdasarkan tiga aspek yaitu usia responden didominasi oleh kelompok usia ≥ 60 tahun, pola makan responden sebagian besar berada pada kategori sering mengonsumsi makanan tinggi purin dan mayoritas responden tidak memiliki riwayat keluarga dengan penyakit asam urat.
2. Kadar asam urat pedagang usia menopause di Pasar Kidul Bangli sebagian besar dalam kategori tinggi yaitu sebanyak 24 responden (60,0%), sedangkan responden dengan kadar normal sebanyak 16 responden (40,0%).
3. Deskripsi gambaran kadar asam urat berdasarkan karakteristik responden berdasarkan usia terdapat kecenderungan peningkatan asam urat seiring bertambahnya usia. Responden pada kelompok usia ≥ 60 tahun mayoritas memiliki kadar asam urat tinggi yaitu 19 responden (90,5%), dibandingkan dengan kelompok usia 45-59 tahun yang didominasi kadar asam urat normal sebanyak 14 responden (73,7%). Berdasarkan konsumsi makanan tinggi purin terdapat keterkaitan yang kuat antara pola makan dan kadar asam urat dimana, responden yang sering mengonsumsi makanan tinggi purin mayoritas memiliki kadar asam urat tinggi yaitu sebanyak 23 responden (92,0%). Sebaliknya, responden yang jarang mengonsumsi makanan tinggi purin cenderung

memiliki kadar normal. Berdasarkan riwayat keluarga pada sebagian besar responden, riwayat keluarga tidak menjadi faktor dominan dalam penelitian ini. Sebagian besar responden yang memiliki kadar asam urat tinggi justru tidak memiliki riwayat keluarga penyakit asam urat yaitu sebanyak 16 responden (50,0%), yang menunjukkan bahwa faktor eksternal seperti pola makan dan usia lebih berpengaruh pada subjek penelitian ini.

4. Secara umum, gambaran kadar asam urat pada pedagang usia menopause di Pasar Kidul Bangli tahun 2026 dikategorikan tinggi mencapai 60,0%. Tingginya kadar asam urat ini dipengaruhi secara signifikan oleh faktor usia yang telah memasuki masa menopause serta pola konsumsi makanan tinggi purin, sementara faktor genetik atau riwayat keluarga tidak menunjukkan pengaruh yang dominan.

B. Saran

1. Bagi pedagang khususnya pedagang usia menopause di Pasar Kidul Bangli diharapkan untuk lebih memperhatikan pola makan dengan mengurangi konsumsi makanan tinggi purin seperti seperti hati ayam, jeroan dan kacang-kacangan secara berlebihan .
2. Bagi pedagang usia menopause diharapkan untuk menjaga kesehatan dengan berolahraga ringan seperti melakukan senam lansia dan mengukur kadar asam urat secara berkala setiap 3 bulan sekali.