

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik sopir bus berdasarkan umur didapatkan hasil terbanyak dengan rentang 48-53 tahun 25%, lama duduk terbanyak yaitu >8 jam/hari 72%, dimana terbanyak dengan tidak mengkonsumsi makanan tinggi purin 47% dan tidak mengkonsumsi alkohol 53%.
2. Kadar asam urat pada 32 responden yaitu 69% memiliki kadar asam urat normal dan 31% memiliki kadar asam urat tinggi
3. Kadar asam urat tinggi lebih didominasi pada kelompok umur 48-53 9%, dengan lama duduk >8 jam/hari 28%, dimana dengan mengkonsumsi makanan tinggi purin 28 % dan mengkonsumsi minuman beralkohol 25%.

B. Saran

1. Kepada sopir bus, untuk mengurangi risiko meningkatnya kadar asam urat darah dengan mengurangi asupan tinggi purin seperti ikan, udang, alkohol, jeroan dan lebih banyak melakukan aktifitas fisik dengan olahraga yang teratur.
2. Kepada pihak pelayanan kesehatan sebaiknya melakukan penyuluhan tentang bahaya penyakit asam urat agar sopir bus memiliki kesadaran untuk memeriksakan kesehatannya.
3. Kepada pihak-pihak yang ingin mengadakan penelitian serupa, agar lebih mengontrol faktor risiko lain yang dapat mempengaruhi peningkatan kadar

asam urat secara langsung seperti kelainan fungsi ginjal, konsumsi obat maupun penyakit lain sehingga hasil yang diperoleh lebih dapat mencerminkan secara murni gambaran kadar asam urat darah pada responden.