

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai kadar asam urat pada buruh angkut barang di Pasar Badung Kota Denpasar dengan karakteristik usia, jenis kelamin, dan kelelahan akibat aktivitas fisik berlebih maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden berusia 46-55 tahun, memiliki jumlah responden tertinggi 18, dengan jenis kelamin tertinggi sebanyak 31 perempuan responden dengan karakteristik kelelahan tertinggi 17 kategori kelelahan sedang.
2. Berdasarkan hasil penelitian kadar asam urat buruh angkut barang pada 34 responden yaitu, kategori normal berjumlah 22 responden dan kategori tinggi berjumlah 12 responden. Dengan nilai kadar asam urat tertinggi yaitu 18,7 mg/dL, dan terendah 3,3 mg/dL.
3. Kadar asam urat buruh angkut barang tinggi sebagian besar berusia 46-55 tahun, yang berjenis kelamin perempuan dengan tingkat kondisi kelelahan sedang.

B. Saran

1. Diharapkan pemerintah dapat memperbaiki kualitas kerja dengan menyediakan alat bantu kerja yang layak untuk di gunakan mengangkut barang, seiring bertambahnya waktu dan usia dimana tubuh mengalami

pelemahan, jika hal ini dilakukan terus-menerus dapat berdampak buruk pada tubuh buruh angkut barang yang dapat mengakibatkan cedera, pegal-pegal, rasa nyeri, ngilu, kelelahan yang berlebihan dan gangguan pada otot bagian kepala dan leher, jadi dengan perbaikan kualitas kerja dapat mengurangi dampak pada buruh angkut barang.

2. Diharapkan agar para buruh angkut barang tidak melakukan aktivitas secara berlebihan dan Adapun cara menanggulangnya yaitu menjaga pola hidup sehat, memakan buah-buahan yang mengandung banyak air, istirahat yang cukup, mengurangi makanan tinggi purin, konsumsi vitamin serta memperbanyak minum air putih sesuai kebutuhan.
3. Diharapkan mahasiswa atau peneliti selanjutnya dapat melanjutkan membahas faktor-faktor yang belum sempat di bahas pada penelitian ini.