

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini akan disajikan kesimpulan dan saran dari hasil penelitian dalam penelitian yang berjudul “Gambaran Gaya Hidup Penderita Hiperurisemia di Puskesmas Klaten Utara” penelitian yang telah dilaksanakan pada bulan april 2022.

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa:

1. Karakteristik responden penderita hiperurisemia di Puskesmas untuk jenis kelamin lebih dominan adalah perempuan, di status pekerjaan lebih dominan bekerja, di status tingkat pendidikan lebih dominan SMA.
2. Pola makan penderita hiperurisemia di Puskemas Klaten Utara sebagian besar adalah baik.
3. Pola aktifitas penderita hiperurisemia di Puskemas Klaten Utara sebagian besar adalah aktifitas kategori tinggi.

B. Saran

1. Bagi masyarakat

Hasil penelitian ini, diharapkan responden agar tetap menjaga pola makan dan aktifitas yang baik seperti rajin berolahraga, melakukan aktifitas menetap sehingga kadar asam urat tetap normal, pola makan yang baik contohnya menghindari makanan yang mengandung purin seperti hati, jeroan, daging bebek, kacang-kacangan, belinjo.

2. Bagi Tempat Penelitian

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk tenaga kesehatan untuk lebih aktif memberikan informasi tentang pentingnya menjaga pola makan dan pola aktifitas pada seluruh elemen masyarakat Klaten Utara agar kadar asam urat tetap normal pola makan yang baik contohnya menghindari makanan yang mengandung purin seperti hati, jeroan, daging bebek, kacang-kacangan, belinjo.

3. Bagi petugas kesehatan

Penelitian ini diharapkan bagi petugas kesehatan bisa memberikan informasi tentang pentingnya meningkatkan menjaga pola makan dan aktifitas pada

seluruh elemen masyarakat Klaten Utara agar kadar asam urat tetap normal, pola makan yang baik contohnya menghindari makanan yang mengandung purin seperti hati, jeroan, daging bebek, kacang-kacangan, belinjo.

4. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan tambahan dalam memberikan materi tentang cara menjaga pola makan dan pola aktifitas pada seluruh elemen masyarakat Klaten Utara agar kadar asam urat tetap normal, pola makan yang baik contohnya menghindari makanan yang mengandung purin seperti hati, jeroan, daging bebek, kacang-kacangan, belinjo

5. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan menambahkan alat ukur tabulasi silang berupa *chi square*, mengkaji lebih banyak sumber maupun referensi terkait pola makan dan pola aktifitas penderita hiperurisemia guna menambah wawasan mengenai hiperurisemia dan di harapkan memperluas jangkauan penelitian tidak hanya di Puskesmas Klaten Utara namun sekabupaten Klaten.