

BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Lebih dari separuh (65,5 %) responden memiliki kadar asam urat tinggi, Separuh responden (51,7 %) mempunyai keluarga yang menderita asam urat, sebagian besar responden (80,5 %) mempunyai usia tidak berisiko, lebih dari separuh responden (69,0 %) mempunyai asupan purin tinggi, separuh responden (59,8 %) responden mempunyai asupan lemak jenuh tinggi, separuh (50,6 %) responden mempunyai RLPP berisiko, dan sebagian besar (93,1 %) responden termasuk dalam stres kategori normal di Kantor Wilayah Kementerian Agama Provinsi Sumatera Barat.
2. Ada hubungan yang bermakna antara riwayat keluarga dengan kadar asam urat darah dengan $p = 0,024$ ($p < 0,05$) pada Pegawai di Kantor Wilayah Kementerian Agama Provinsi Sumatera Barat.
3. Tidak ada hubungan yang bermakna antara usia dengan kadar asam urat darah dengan $p = 0,837$ ($p > 0,05$) pada Pegawai Kantor di Wilayah Kementerian Agama Provinsi Sumatera Barat.
4. Ada hubungan yang bermakna antara asupan purin dengan kadar asam urat darah dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) pada Pegawai di Kantor Wilayah Kementerian Agama Provinsi Sumatera Barat.
5. Ada hubungan yang bermakna antara asupan lemak jenuh dengan kadar asam urat darah dengan $p = 0,003$ ($p < 0,05$) pada Pegawai di Kantor Wilayah Kementerian Agama Provinsi Sumatera Barat.

6. Ada hubungan yang bermakna antara RLPP dengan kadar asam urat darah dengan $p = 0,035$ ($p < 0,05$) pada Pegawai di Kantor Wilayah Kementerian Agama Provinsi Sumatera Barat.
7. Tidak ada hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan kadar asam urat darah dengan $p = 0,176$ ($p > 0,05$) pada Pegawai di Kantor Wilayah Kementerian Agama Provinsi Sumatera Barat.
8. Variabel akhir yang berhubungan dengan kadar asam urat adalah asupan purin, asupan lemak jenuh dan RLPP. Faktor dominan yang mempengaruhi kadar asam urat adalah asupan purin.

6.2 Saran

1. Disarankan kepada pimpinan Kantor Wilayah Kementerian Agama Provinsi Sumatera Barat agar membuat kebijakan terkait kesehatan pegawai. Sebaiknya diadakan pemeriksaan faktor risiko penyakit degeneratif diantaranya pemeriksaan kadar asam urat secara berkala sebagai tindakan pencegahan terhadap penyakit asam urat serta mewajibkan seluruh pegawai untuk mengikuti olahraga pada hari yang ditentukan.
2. Disarankan adanya kolaborasi antara institusi kesehatan terkait seperti Dinas Kesehatan Kota Padang maupun pihak Puskesmas untuk melakukan penyuluhan kepada pegawai kantor terkait dengan faktor yang mempengaruhi kadar asam urat darah terutama pengaruh gaya hidup pada usia muda, menyarankan modifikasi pengolahan dengan sedikit minyak guna membatasi asupan lemak jenuh dan membatasi asupan purin yang berpengaruh terhadap kadar asam urat. Sebaiknya kegiatan dilakukan secara berkesinambungan sehingga dapat menurunkan penderita asam urat dari ruang lingkup pegawai kantor.