

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil studi pustaka tentang gambaran kadar asam urat pada wanita menopause yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Berdasarkan hasil penelitian dari beberapa artikel yang telah dipaparkan, dapat diketahui bahwa nilai rata-rata kadar asam urat pada wanita menopause adalah 4,72 mg/dL-8,22 mg/dL. Kemudian untuk kadar asam urat dengan kadar terendah 2,4 mg/dL. Dan kadar asam urat dengan kadar tertinggi 14,6 mg/dL.
2. Persentase wanita menopause yang memiliki kadar asam urat tinggi sebesar 37,1%-88% dan kadar asam urat normal sebesar 12%-55%.

B. SARAN

1. Bagi masyarakat untuk selalu waspada terhadap segala faktor resiko yang dapat meningkatkan terjadinya kadar asam urat, dengan melakukan pencegahan sejak dini seperti melaksanakan gaya hidup sehat, memakan makanan yang sehat dan memiliki gizi seimbang, serta wanita menopause untuk mengontrol berat badan, dan rajin memeriksa kadar asam urat dalam darah agar tetap berada dalam nilai normal. Sehingga resiko terjadinya peningkatan kadar asam urat pada wanita menopause dapat ditekan seminimal mungkin.
2. Bagi Peneliti Selanjutnya
Untuk peneliti selanjutnya yang akan mengambil tema kadar asam urat pada wanita menopause sebaiknya dikaitkan dengan obesitas dan usia wanita menopause tersebut, hal ini guna memperkaya artikel penelitian yang berfokus pada kadar asam urat terhadap wanita menopause yang masih jarang ada.