

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian gambaran kadar asam urat pada lansia di Desa Rianggede, Kecamatan Penebel yang sudah dilakukan dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik responden berdasarkan usia yaitu pada usia lansia 60-69 Tahun memiliki jumlah sebanyak 28 responden (66, 66%) dan usia lansia risiko tinggi \geq 70 tahun sebanyak 14 responden (33,33%). Berdasarkan jenis kelamin perempuan sebanyak 24 responden (57, 12%) dan jenis kelamin laki-laki sebanyak 18 responden (42, 85%). Berdasarkan jumlah responden IMT obesitas sejumlah 6 (14, 28%), kegemukan sejumlah 2 (4,76%), normal sejumlah 34 (80, 95%), kurus sejumlah 0 (0,0%) dan angat kurus sejumlah 0 (0,0%).
2. Lansia yang memiliki asam urat tinggi untuk laki-laki sebanyak 3 responden (7,14%), normal sebanyak 13 (30, 95%), rendah sebanyak 2 (4,76%) dan pada perempuan kadar asam urat tinggi sebanyak 8 (19,04%), normal sebanyak (33,33%) serta rendah sejumlah 2(4,76%).
3. Kadar asam urat dengan kriteria terbanyak berdasarkan karakteristik usia responden yaitu usia lansia (60-69 tahun) sebanyak 28 responden (66, 66%), Kadar asam urat dengan kriteria terbanyak berdasarkan karakteristik jenis kelamin responden yaitu jenis kelamin perempuan memiliki jumlah yaitu 14 responden (33,33%), dan kadar asam urat dengan kriteria terbanyak berdasarkan karakteristik IMT responden normal sebanyak 34 responden (80, 95%).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dapat di sarankan sebagai berikut :

1. Bagi lansia yang asam urat tinggi agar dapat menjaga kesehatan seperti olahraga yang cukup serta menjaga pola makan dengan mengurangi makanan yang kaya purin seperti protein hewani, kacang-kacangan, bayam, jamur dan kembang kol dan bagi lansia yang asam urat rendah dapat melakukan meningkatkan konsumsi makanan kaya purin dan mengonsumsi obat untuk mengatasi kadar asam urat rendah.
2. Bagi peneliti diharapkan dapat menambah variabel yang menyebabkan faktor-faktor munculnya kadar asam urat pada lansia.
3. Bagi pemerintah kelurahan petugas Kader Desa Riangede, Kecamatan Penebel diharapkan dapat memberikan edukasi serta penjelasan pentingnya menjaga kesehatan khususnya pada lansia untuk meminimalisir resiko penyakit kadar asam urat.