

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan di Banjar Adat Balalangan Desa Kuwum mengenai gambaran kadar asam urat pada lansia, dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Karakteristik lansia di Banjar Adat Balangan Desa Kuwum didapatkan lansia dengan usia setengah baya 45-59 tahun sejumlah 6 orang (17%), usia lanjut 60-74 tahun sebanyak 17 orang (49%), dan usia tua atau prawasana 75-90 tahun sebanyak 12 orang (34%). Lansia jenis kelamin laki-laki sebanyak 8 orang (23%) dan jenis kelamin perempuan sebanyak 27 orang (77%). Lansia dengan IMT obesitas sebanyak 3 orang (9%), kelebihan berat badan sebanyak 11 orang (31%) dan normal sebanyak 21 orang (60%).
2. Lansia di Banjar Adat Balangan Desa Kuwum memiliki kadar asam urat tinggi sebanyak 19 orang (54%) dan normal sebanyak 16 orang (46%)
3. Lansia di Banjar Adat Balangan Desa Kuwum memiliki kadar asam urat tinggi maupun normal lebih banyak ditemukan pada usia lanjut 60-74 tahun yaitu (20%) dengan kadar asam urat tinggi dan (29%) kadar asam urat normal. Kadar asam urat tinggi maupun normal paling banyak ditemukan pada jenis kelamin perempuan yaitu (40%) untuk kadar asam urat tinggi dan (37%) kadar asam urat normal. Kadar asam urat tinggi maupun normal lebih

banyak ditemukan pada IMT normal 18,5 hingga 24,9 kg/m² dengan (29%) kadar asam urat tinggi dan (31%) kadar asam urat normal.

B. Saran

1. Bagi lansia

Bagi lansia agar menjaga kesehatan dan tetap rutin untuk mengikuti posyandu lansia untuk memantau kesehatan lansia. Bagi lansia yang memiliki kadar asam urat yang tinggi agar dapat menjaga kesehatan dengan olahraga ringan untuk menjaga stamina tubuh dan menjaga makanan yang dikonsumsi.

2. Bagi peneliti

Diharapkan untuk penelitian selanjutnya dapat menambah variabel seperti asupan makanan, alkohol, atau konsumsi obat-obatan sehingga dapat meneliti faktor risiko lain yang dapat menimbulkan kadar asam urat pada lansia.

3. Bagi kader posyandu lansia

Bagi para kader posyandu lansia diharapkan untuk tetap meningkatkan derajat kesehatan lansia yaitu melalui asupan nutrisi, pemeriksaan kesehatan, olahraga, dan penyuluhan serta tetap terampil dalam memberikan pelayanan yang optimal.