

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan penelitian kadar asam urat pada lansia yang dilakukan di Banjar Sarimertha, Desa Negari, Kecamatan Banjarangkan, Klungkung dapat dikatakan bahwa :

1. Menurut karakteristik responden berdasarkan kategori usia didapatkan hasil terbanyak dengan rentang usia lansia 60-65 tahun memiliki jumlah sebanyak 25 responden (71%), Berdasarkan jenis kelamin perempuan sebanyak 17 responden (49%) dan laki-laki sebanyak 18 responden (51%). Berdasarkan hasil IMT normal sebanyak 23 responden (66%).
2. Hasil pengukuran kadar asam urat pada 35 responden di Banjar Sarimertha, Desa Negari, memiliki kadar asam urat normal (63%), dan tinggi (37%).
3. Hasil pengukuran kadar asam urat pada lansia berdasarkan usia kategori normal terdapat pada usia 60-65 sebanyak 16 orang (45%), jenis kelamin kategori normal terdapat setara pada laki-laki maupun perempuan yaitu berjumlah 11 orang (31%), IMT kategori normal terdapat pada IMT normal sebanyak 19 orang (54%)

B. Saran

1. Bagi lansia di Banjar Sarimertha, Desa Negari, Kecamatan Banjarangkan, Klungkung yang memiliki kadar asam urat tinggi agar dapat mengubah polahidup dan menjaga kesehatannya, misalnya dengan berolahraga yang cukup dan menjaga pola makan tidak makan daging merah, bayam, kacang- kacangan, dan jeroan karena hal tersebut dapat menyebabkan tingginya kadar asam urat pada persendian.
2. Untuk mengurangi risiko terjadinya asam urat, diharapkan pemerintah Banjar Sarimertha di Desa Negari, Kecamatan Banjarangkan, Klungkung dapat memberikan edukasi dan penjelasan tentang pentingnya menjaga kesehatan.
3. Diharapkan setelah membaca artikel ini, pembaca akan memiliki pemahaman yang lebih besar tentang nilai menjalani gaya hidup sehat, berolahraga cukup, dan memeriksakan kesehatan lansia di fasilitas medis.
4. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian mengenai faktor tambahan yang dapat mempengaruhi terjadinya peningkatan asam urat.