

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian ini, diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Karakteristik lansia didapatkan hasil terbanyak dengan kategori usia 60-74 tahun sebesar 60%, jenis kelamin lansia yang terbanyak adalah perempuan yaitu sebesar 56%, dan lansia yang terbanyak mengonsumsi makanan tinggi purin sebesar 67%.
2. Kadar asam urat pada 45 lansia di Posyandu lansia Werda Utama Santhi Banjar Dinas Cau Belayu Tabanan lebih banyak yang memiliki kadar asam urat tinggi yaitu sebesar 67% dan sebanyak 33% memiliki kadar asam urat normal.
3. Kadar asam urat tinggi terbanyak ditemukan pada lansia berusia kategori 60-74 tahun sebesar 49%, jenis kelamin lansia dengan kadar asam urat tinggi yang terbanyak adalah laki-laki yaitu sebesar 40%, dan lansia dengan kadar asam urat tinggi yang terbanyak mengonsumsi makanan tinggi purin dengan kategori sering yaitu sebesar 67%.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil dari penelitian ini, maka saran yang dapat diberikan penulis yaitu :

1. Bagi lansia agar melakukan pemeriksaan kadar asam urat secara rutin serta menjaga pola makan dengan memperhatikan konsumsi makanan yang mengandung tinggi purin dan menjaga pola hidup sehat dengan olahraga secara rutin. Dan pada responden dengan hasil pemeriksaan asam urat yang tinggi

disarankan untuk melakukan pemeriksaan lebih lanjut guna mengkonfirmasi hasil yang didapat dan mendapatkan perawatan yang sesuai.

2. Bagi kader Posyandu agar melakukan memotivasi lansia agar aktif mengikuti kegiatan posyandu lansia.
3. Bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian serupa, hendaknya menambahkan faktor-faktor lainnya yang berpengaruh terhadap meningkatnya kadar asam urat dengan menggunakan metode pemeriksaan lainnya.