

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan mengenai hubungan antara kadar asam urat dengan tekanan darah pada lansia di UPTD Puskesmas Tabanan I, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik dari subyek penelitian yaitu sebanyak 30 responden (69,8%) lansia berusia 60-69 tahun (pra lansia), sebanyak 23 responden (53,5%) berjenis kelamin laki-laki, dan sebanyak 27 responden (62,8%) memiliki kebiasaan sering mengonsumsi makanan tinggi purin.
2. Hasil pengukuran tekanan darah responden yaitu, sebanyak 4 responden lansia (9,3%) memiliki tekanan darah rendah, 17 responden (39,5%) memiliki tekanan darah normal, dan 22 responden (51,2%) memiliki tekanan darah tinggi.
3. Hasil pemeriksaan kadar asam urat responden yaitu, sebanyak 20 responden lansia (46,5%) memiliki kadar asam urat normal dan sebanyak 23 responden (53,5%) memiliki kadar asam urat tinggi.
4. Hasil analisis data yang telah dilakukan menggunakan uji *Chi-Square*, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan diperkuat oleh uji *Fisher's Exact Test* yang juga menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kadar asam urat dan tekanan darah. Sedangkan hasil uji *Contingency Coefficient* menunjukkan nilai sebesar 0,691 yang menandakan asosiasi hubungan yang sangat kuat antara kedua variabel tersebut. Sehingga, pada penelitian ini

terdapat hubungan yang sangat kuat dan signifikan antara kadar asam urat dan tekanan darah pada lansia.

B. Saran

Berdasarkan dari hasil penelitian dan kesimpulan yang telah didapat, maka penulis memberikan beberapa saran yaitu sebagai berikut:

1. Bagi lansia

Diharapkan agar lansia lebih memperhatikan pola makan dengan mengurangi mengonsumsi makanan tinggi purin (seperti jeroan, makanan laut, dan kacang-kacangan). Selain itu, lansia dianjurkan untuk rutin memeriksakan kadar asam urat dan tekanan darah secara berkala, melakukan aktivitas fisik ringan seperti berjalan kaki, serta membatasi asupan garam guna mencegah risiko komplikasi seperti hipertensi dan gangguan fungsi ginjal.

2. Bagi pihak puskesmas

Diharapkan pihak puskesmas dapat meningkatkan upaya promotif dan preventif, seperti penyuluhan tentang hubungan antara kadar asam urat dan tekanan darah, serta menyediakan layanan pemeriksaan rutin bagi lansia guna deteksi dini dan pengendalian penyakit.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Disarankan untuk melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar serta menambahkan variabel lain yang relevan seperti indeks massa tubuh (IMT), tingkat aktivitas fisik, konsumsi obat-obatan, dan pola gaya hidup. Hal ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran yang lebih mendalam dan memperkuat validitas hasil penelitian.