

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran kadar asam urat pada lansia di Desa Bajera Utara, Kecamatan Selemadeg, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut :

1. Berdasarkan karakteristik responden menunjukkan bahwa mayoritas berada pada kelompok usia 60–74 tahun dengan persentase 32,5%. Dari sisi jenis kelamin, perempuan mendominasi jumlah responden, yakni sebanyak 65%. Dalam hal tekanan darah, hipertensi derajat 1 merupakan kategori yang paling banyak ditemukan, mencapai 40%. Selanjutnya, berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT), kategori yang paling umum adalah obesitas tingkat I, yang mencapai persentase 40%.
2. Berdasarkan hasil pengukuran, diketahui bahwa 22,5% lansia memiliki kadar asam urat normal, sedangkan sebesar 77,5% mengalami peningkatan kadar asam urat di atas nilai normal.
3. Hasil pemeriksaan kadar asam urat menunjukkan bahwa kelompok usia 60–74 tahun memiliki prevalensi tertinggi, yaitu 52,5%. Kadar asam urat tinggi juga banyak ditemukan pada perempuan sebanyak 50%, lansia dengan hipertensi derajat 1 sebanyak 30%, dan obesitas tingkat I sebanyak 37,5%.

B. Saran

1. Bagi lansia di Desa Bajera Utara

Diharapkan para lansia rutin melakukan pemeriksaan kadar asam urat untuk mendeteksi secara dini kemungkinan peningkatan kadar asam urat. Selain itu, penting untuk menjaga pola hidup sehat, seperti membatasi asupan pangan berkadar purin tinggi, mempertahankan komposisi tubuh yang seimbang, dan mengontrol tekanan darah, guna mencegah risiko komplikasi akibat hiperurisemia.

2. Bagi tenaga kesehatan dan Puskesmas setempat

Disarankan agar lebih aktif dalam memberikan edukasi dan penyuluhan mengenai faktor risiko asam urat, terutama kepada lansia dengan IMT tinggi dan tekanan darah tidak normal, serta melakukan pemeriksaan berkala sebagai upaya deteksi dini.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Mempertimbangkan sejumlah keterbatasan yang mengiringi penelitian ini, khususnya tidak terakomodasinya variabel-variabel potensial seperti pola konsumsi, tingkat aktivitas fisik, serta riwayat penyakit penyerta, maka disarankan agar penelitian selanjutnya dapat memasukkan variabel-variabel tersebut. Dengan demikian, hasil penelitian akan lebih menyeluruh dan mampu merepresentasikan berbagai determinan yang berperan dalam memengaruhi kadar asam urat pada kelompok lansia.