

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai kadar asam urat pada lansia di Posyandu Bakti Rahayu Desa Baturiti Kerambitan maka didapatkan simpulan sebagai berikut:

1. Responden dalam penelitian ini lebih banyak pada kelompok usia *elderly* (60 – 74 tahun) dengan persentase 64 %, jenis kelamin perempuan yaitu sebesar 64 %, lansia dengan kategori IMT normal sebesar 40 %, dan lansia dengan kategori aktivitas fisik dengan intensitas tinggi yaitu sebesar 73 %.
2. Pengukuran kadar asam urat memperlihatkan bahwa sebanyak 53 % responden memiliki kadar asam urat yang tergolong tinggi.
3. Hasil analisis kadar asam urat berdasarkan karakteristik usia, jenis kelamin, IMT, dan aktivitas fisik, diperoleh bahwa kadar asam urat tinggi pada lansia paling banyak ditemukan pada kelompok usia *elderly* (60 – 74 tahun) yaitu sebesar 40 %, lansia dengan jenis kelamin perempuan sebesar 42 %, lansia dengan kategori IMT normal dan obesitas tingkat I masing – masing sebesar 20 %, serta lansia dengan kategori aktivitas fisik intensitas tinggi sebesar 38 %.

B. Saran

1. Bagi masyarakat

Masyarakat diharapkan dapat menerapkan pola hidup sehat, seperti menjaga pola makan yang seimbang serta melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin minimal satu kali setiap bulan. Hal ini bertujuan untuk memantau kondisi kesehatan

secara menyeluruh, terutama kadar asam urat agar tidak memasuki fase yang sulit untuk diobati.

2. Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi penelitian berikutnya mengenai kadar asam urat pada seseorang yang berusia lanjut. Untuk memperluas cakupan hasil penelitian, peneliti selanjutnya disarankan untuk menyertakan variabel lain, seperti pola makan dan penggunaan obat – obatan yang berpotensi memengaruhi kadar asam urat pada lansia. Dengan menyertakan variabel – variabel tersebut, diharapkan hasil penelitian menjadi lebih komprehensif dan mampu memberikan gambaran yang lebih menyeluruh mengenai faktor – faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya *hiperurisemia* pada lansia. Selain itu, peneliti selanjutnya disarankan untuk meningkatkan jumlah subjek penelitian agar hasil yang diperoleh lebih representatif dan dapat digeneralisasikan terhadap populasi yang lebih luas.