

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan analisis data yang dilakukan, kesimpulan utama dari penelitian mengenai hubungan antara kadar asam urat dengan derajat hipertensi pada lansia di UPTD Puskesmas Banjarangkan II adalah sebagai berikut:

1. Karakteristik Demografi Subjek: Mayoritas subjek penelitian terdistribusi pada kategori usia *elderly* (60-74 tahun) dengan proporsi 84,6%, dan didominasi oleh jenis kelamin wanita sebanyak 59,0%.
2. Distribusi Kadar Asam Urat: Sebagian besar lansia memiliki kadar asam urat normal (56,4%), namun 43,6% subjek teridentifikasi mengalami hiperurisemia (kadar asam urat tinggi).
3. Distribusi Derajat Hipertensi: Prevalensi derajat hipertensi pada lansia paling tinggi berada pada kategori Hipertensi Grade 1 (69,2%). Sementara itu, Hipertensi Grade 2 dan Grade 3 masing-masing terdeteksi sebesar 25,6% dan 5,1%.
4. Asosiasi Signifikan Antar Variabel: Terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara kadar asam urat dengan derajat hipertensi pada populasi lansia ($p=0,017$). Nilai signifikansi tersebut memenuhi kriteria statistik ($p<0,05$), yang mengafirmasi bahwa hiperurisemia memiliki asosiasi yang nyata dengan peningkatan derajat keparahan hipertensi.

B. Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian ini, maka adapun saran yang dapat di berikan yaitu sebagai berikut:

1. Bagi masyarakat/lansia : Pentingnya pemeriksaan rutin asam urat, lansia yang menderita hipertensi disarankan untuk melakukan pemeriksaan kadar asam urat secara rutin. Meskipun tidak menunjukkan gejala nyeri sendi. Hal ini diperlukan karena kadar asam urat yang tinggi seringkali menjadi faktor risiko yang “tersembunyi” dalam memperburuk tekanan darah. Modifikasi gaya hidup dan diet. Mengingat adanya hubungan yang signifikan masyarakat dianjurkan untuk mengurangi konsumsi makanan tinggi purin (misalnya jeroan, makanan laut tertentu, daging merah), membatasi minuman manis dan beralkohol yang dapat meningkatkan produksi asam urat, meningkatkan konsumsi air putih untuk membantu pengeluaran asam urat, dan menjaga berat badan ideal dan melakukan aktivitas fisik secara teratur.
2. Bagi petugas kesehatan, fokus rekomendasi adalah pada peningkatan skrining dan edukasi terintegrasi. Pertama dengan skrining asam urat terintegrasi yaitu petugas Kesehatan (dokter dan perawat) disarankan untuk mengintegrasikan pemeriksaan kadar asam urat sebagai bagian standar pemeriksaan rutin pada lansia dengan diagnosis hipertensi. Kedua dengan edukasi ganda (hipertensi dan asam urat). Petugas memberikan edukasi yang menekankan bahwa pengendalian diet untuk asam urat bukan hanya mencegah gout, tetapi juga penting untuk mengendalikan derajat dan komplikasi hipertensi. Ketiga dengan penguatan peran ahli laboratorium. Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh Jurusan Teknologi Laboratorium Medis untuk menekankan pentingnya peran analisis asam urat dalam manajemen risiko kardiovaskuler.
3. Bagi peneliti selanjutnya, fokus rekomendasi adalah untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut yang dapat memperdalam temuan ini. Pertama dapat

meneliti kausalitas (studi kohort), dapat dilakukan penelitian dengan desain kohort (mengikuti subjek dari waktu ke waktu). Hal ini bertujuan untuk menentukan apakah hiperurisemia benar-benar menjadi penyebab (faktor risiko independent) peningkatan derajat hipertensi, bukan hanya hubungan yang terjadi secara bersamaan (*cross-sectional*). Saran penelitian berikutnya dengan menambahkan variabel lain dalam penelitian selanjutnya. Seperti fungsi ginjal (kreatinin/GFR), kadar kolesterol, atau indeks massa tubuh (IMT). Variabel-variabel ini diketahui berhubungan dengan asam urat dan hipertensi, sehingga perlu dikontrol untuk mendapatkan hubungan yang lebih murni. Penelitian berikutnya dapat menggunakan metode pengukuran tekanan darah yang lebih detail (misalnya *Ambulatory Blood Pressure Monitoring/ABPM*) untuk memverifikasi derajat hipertensi secara lebih akurat, bukan hanya pengukuran tunggal. Dapat juga dilakukan studi intervensi di mana satu kelompok diberikan diet rendah purin dan kelompok lain tidak, untuk melihat efek langsung dari penurunan kadar asam urat terhadap perbaikan derajat hipertensi.