

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sesuai dengan tujuan penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik dari subyek penelitian ini paling banyak berasal dari kategori usia 60 – 74 tahun (*elderly*) sebanyak 86 (91,5%), jenis kelamin perempuan sebanyak 60 (63,8%), dan pada Indeks Masa Tubuh (IMT) normal sebanyak 37 (39,4%).
2. Kadar asam urat normal pada lansia sebanyak 30 responden (31,9%), sedangkan kadar asam urat tinggi pada lansia sebanyak 64 responden (68,1%).
3. Tekanan darah kategori optimal pada lansia sebanyak 34 responden (36,2%), tekanan darah kategori normal pada lansia sebanyak 20 responden (21,3%), tekanan darah kategori normal tinggi pada lansia sebanyak 8 responden (8,5%), tekanan darah kategori hipertensi derajat 1 pada lansia sebanyak 22 responden (23,4%), dan tekanan darah kategori hipertensi derajat 2 pada lansia sebanyak 10 responden (10,6%).
4. Kadar asam urat tinggi berdasarkan karakteristik responden dari penelitian ini paling banyak berasal dari kategori usia 60 – 74 tahun (*elderly*) sebanyak 59 (68,6%), jenis kelamin perempuan sebanyak 43 (71,7%), dan pada Indeks Massa Tubuh (IMT) normal sebanyak 27 (73,0%).
5. Tekanan darah tinggi berdasarkan karakteristik responden dari penelitian ini paling banyak berasal dari kategori usia 60 – 74 tahun (*elderly*) sebanyak 38

(44,2%), jenis kelamin perempuan sebanyak 21 (35%), dan pada Indeks Massa Tubuh (IMT) normal sebanyak 16 (43%).

6. Berdasarkan analisis menggunakan uji *Chi-Square*, terdapat hubungan antara kadar asam urat dengan tekanan darah pada lansia di di Desa Datah, Kecamatan Abang, Kabupaten Karangasem.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang didapatkan, maka penulis mengajukan 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 desa

Kepada posyandu lansia agar diaktifkan kembali agar masyarakat dapat melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin khususnya pemeriksaan kadar asam urat dengan tekanan darah

3. Bagi peneliti selanjutnya

Disarankan untuk melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar dan menggunakan metode pemeriksaan yang berbeda serta menambahkan variabel lain seperti asupan tinggi purin, tingkat aktivitas fisik, konsumsi obat-obatan, dan pola gaya hidup.