

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Karakteristik kadar asam urat pada lansia di Dusun Gamping Utara Sleman sebagian besar normal yaitu 24 responden (70,6%) dan 10 responden (29,4%) memiliki kadar asam urat tinggi
2. Karakteristik kadar asam urat pada lansia di Dusun Gamping Utara Sleman berdasarkan pengelompokan :
 - a. Berdasarkan jenis kelamin sebagian besar perempuan (88,2%) dan laki – laki (11,8%)
 - b. Berdasarkan riwayat asam urat sebagian besar tidak memiliki riwayat asam urat (64,7%) dan memiliki riwayat asam urat (35,3%)
 - c. Berdasarkan konsumsi makanan tinggi purin sebagian besar jarang mengkonsumsi makanan tinggi purin (67,6%) dan sering konsumsi makanan tinggi purin (32,4%)
 - d. Berdasarkan aktivitas fisik sebagian besar setiap hari melakukan aktivitas fisik (67,6%) dan jarang melakukan aktivitas fisik (32,4%)

B. Saran

1. Penelitian ini dapat dijadikan informasi dan acuan kepada para peneliti selanjutnya disarankan bahwa penelitian serupa dilakukan pada populasi yang lebih luas dengan menambahkan wilayah dan menambah jumlah responden dengan perbandingan jenis kelamin yang sama sehingga hasil penelitian dapat lebih representative dan dapat

mengembangkan variabel penelitian yang belum diteliti dalam penelitian ini.

2. Pada lansia diharapkan mengikuti kegiatan posyandu di Dusun Gamping Utara Sleman untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin, menerapkan pola hidup sehat dengan cara mengurangi konsumsi makanan tinggi purin serta tidak melakukan aktivitas fisik yang berat. Hal tersebut di harapkan dapat mengontrol kadar asam urat dalam tubuh lansia tetap normal.