BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan pekerjaan dan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan kadar asam urat pada lansia di Posyandu Lansia Desa Cingkrong, Kecamatan Purwodadi, Kabupaten Grobogan, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia 60–69 tahun, sedangkan berdasarkan jenis kelamin sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan.
2. Berdasarkan distribusi pekerjaan, sebagian besar responden termasuk dalam kategori pekerjaan sedang yaitu sebanyak 53 responden (60,9%), sedangkan responden dengan kategori pekerjaan berat sebanyak 22 responden (25,3%) dan kategori pekerjaan ringan sebanyak 12 responden (13,8%).
3. Berdasarkan distribusi Indeks Massa Tubuh (IMT), sebagian besar responden berada pada kategori pre-obesitas yaitu sebanyak 39 responden (44,8%), diikuti kategori normal sebanyak 31 responden (35,6%) dan obesitas tingkat I sebanyak 17 responden (19,5%).
4. Berdasarkan distribusi kadar asam urat, sebagian besar responden memiliki kadar asam urat tinggi yaitu sebanyak 53 responden (60,9%),

sedangkan responden dengan kadar asam urat normal sebanyak 34 responden (39,1%).

5. Terdapat hubungan yang signifikan antara pekerjaan dengan kadar asam urat pada lansia di Posyandu Lansia Desa Cingkrong. Hasil uji Spearman Rank menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,604 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p<0,05$), yang menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan signifikan antara pekerjaan dengan kadar asam urat.
6. Terdapat hubungan yang signifikan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan kadar asam urat pada lansia di Posyandu Lansia Desa Cingkrong. Hasil uji Spearman Rank menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,787 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p<0,05$), yang menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan signifikan antara IMT dengan kadar asam urat. Nilai koefisien korelasi IMT yang lebih tinggi dibandingkan pekerjaan menunjukkan bahwa hubungan IMT dengan kadar asam urat pada penelitian ini lebih kuat.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Lansia

   Lansia diharapkan dapat menjaga kesehatan dengan menerapkan pola hidup sehat, mempertahankan Indeks Massa Tubuh (IMT) dalam batas normal, mengatur pola konsumsi makanan dengan membatasi makanan yang tinggi purin, serta melakukan aktivitas fisik sesuai dengan

kemampuan dan kondisi kesehatan. Lansia juga disarankan untuk melakukan pemeriksaan kadar asam urat secara berkala sebagai upaya deteksi dini dan pencegahan komplikasi akibat peningkatan kadar asam urat.

2. Bagi Posyandu Lansia

   Posyandu Lansia Desa Cingkrong diharapkan dapat meningkatkan kegiatan promotif dan preventif melalui pemberian edukasi kepada lansia mengenai pentingnya menjaga berat badan, mengatur pola makan, melakukan aktivitas fisik sesuai kemampuan, serta melakukan pemantauan kadar asam urat secara berkala. Kegiatan pemantauan kesehatan lansia juga diharapkan dapat dilakukan secara berkesinambungan untuk membantu mendeteksi adanya peningkatan kadar asam urat dan masalah kesehatan lainnya.

3. Bagi Puskesmas

   Puskesmas diharapkan dapat meningkatkan upaya pembinaan dan pemantauan kesehatan lansia melalui kegiatan edukasi serta pemeriksaan kesehatan secara berkala, khususnya terkait status gizi dan kadar asam urat. Hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu bahan pertimbangan dalam memberikan edukasi mengenai pentingnya menjaga IMT dan melakukan aktivitas fisik yang sesuai dengan kemampuan lansia sebagai bagian dari upaya pencegahan peningkatan kadar asam urat.