

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian , didapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden pada penelitian ini ialah lansia berusia 60-74 tahun sebanyak 84 lansia. Sebagian besar lansia berjenis kelamin perempuan sebanyak 74 lansia (88.1%), dan laki-laki sebanyak 10 lansia (11.9%).
2. Hasil penelitian ini menunjukkan 84 lansia yang menjadi responden memiliki IMT dengan klasifikasi kekurangan berat badan tingkat berat sebanyak 6 orang (7.1%), kekurangan berat badan tingkat ringan 4 orang (4.8%), normal sebanyak 27 orang (32.1%), kelebihan berat badan tingkat ringan sebanyak 14 orang (16.7%), dan kelebihan berat badan tingkat berat 33 orang (39.3%).
3. Hasil penelitian ini menunjukkan 84 lansia memiliki asupan vitamin C kurang sebanyak 38 lansia (45.2%), dan lansia dengan asupan vitamin C yang cukup sebanyak 46 lansia (54.8%).
4. Hasil penelitian ini menunjukkan 84 lansia yang menjadi responden memiliki kadar asam urat rendah sebanyak 6 orang (7.1%), lansia dengan kadar asam urat normal sebanyak 50 orang (59.5%), dan lansia dengan kadar asam urat tinggi sebanyak 28 orang (33.3%).
5. Hasil analisis korelasi *rank spearman* menunjukkan terdapat hubungan positif dan signifikan antara indeks massa tubuh (IMT) dan kadar asam urat

dengan nilai koefisien $r= 0.315$ dan $p\text{-value}= 0.004$. artinya semakin tinggi nilai IMT maka kadar asam urat pada lansia akan meningkat.

6. Hasil analisis korelasi *rank spearman* menunjukkan tidak terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara asupan vitamin C dengan kadar asam urat pada lansia dengan nilai korelasi $r= -0.169$ dan $p\text{-value}= 0.123$. artinya semakin rendah asupan vitamin C maka semakin tinggi kadar asam urat didalam darah.

5.2 Implikasi

Implikasi dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil dari penelitian ini sebagian lansia memiliki kadar asam urat yang tinggi yang disebabkan karena memiliki nilai IMT berlebih. Oleh karena itu dianjurkan untuk lansia memperhatikan asupan makanan
2. Berdasarkan penelitian ini lansia dengan kadar asam urat yang tinggi dengan asupan vitamin C yang kurang. Oleh karena itu disarankan untuk sering mengkonsumsi buah dan sayuran serta suplemen vitamin C untuk mencukupi kebutuhan Vitamin C harian.

5.3 Saran

Adapun saran yang berkaitan dengan kesimpulan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Diharapkan adanya penelitian lebih lanjut dengan penambahan beberapa variabel diluar dari variabel penelitian ini seperti aktifitas fisik dan pengetahuan gizi pada lansia untuk mendapatkan hasil penelitian yang lebih baik.

2. Diharapkan lansia dapat memantau kadar asam urat, asupan makanan, serta berat badan secara berkala dan dapat menjalani kehidupan yang lebih sehat kedepannya.

