

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Karakteristik responden berdasarkan kelompok umur yaitu sejumlah 5 responden (25%) dewasa akhir, 5 responden (25%) lansia awal (46 – 55 tahun), dan 10 responden (50%) lansia akhir (56 – 65 tahun). Responden dengan kategori status gizi normal sejumlah 8 responden (40%), gemuk tingkat ringan sejumlah 2 responden (10%), dan gemuk tingkat berat sejumlah 10 responden (50%). Responden dalam penelitian ini sejumlah 7 responden (35%) laki-laki dan 13 responden (65%) perempuan. Pekerjaan responden dalam penelitian ini yaitu 9 responden (45%) IRT, 7 responden (35%) karyawan swasta, 3 responden (15%) pedagang, dan 1 responden (5%) petani. Tingkat pendidikan responden dalam penelitian ini yaitu 6 responden (30%) tamat SD, 4 responden (20%) tamat SMP/Sederajat, dan 10 responden (50%) tamat SMA/Sederajat.
2. Tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah konseling diet rendah purin dengan media leaflet mengalami kenaikan rata-rata dari 67 menjadi 78.
3. Tingkat konsumsi energi responden mengalami peningkatan yaitu sebanyak 20 responden (100%) dalam kategori baik, begitu pula dengan tingkat konsumsi protein yaitu sebanyak 16 responden (80%) dalam kategori baik, konsumsi lemak sebanyak 17 responden (85%) dalam kategori baik, konsumsi karbohidrat sebanyak 19 responden (95%) dalam kategori baik, konsumsi purin sebanyak 14 responden (70%) dalam kategori baik, dan konsumsi cairan yaitu sebanyak 8 responden (40%) dalam kategori baik.
4. Kadar asam urat responden sebelum dan sesudah konseling diet rendah purin dengan media leaflet mengalami penurunan rata-rata yaitu dari 7,2 mg/dL menjadi 6,2 mg/dL.

5. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa terdapat pengaruh konseling diet rendah purin dengan media leaflet terhadap tingkat pengetahuan dan tingkat konsumsi energi, zat gizi makro, purin, dan cairan pada pasien gout arthritis.

## **B. Saran**

1. Untuk keakuratan data tingkat konsumsi sebaiknya menggunakan formulir SQ-FFQ untuk mengetahui pola makan responden selama 3 hari kebelakang.
2. Sebaiknya dalam penelitian mengikutsertakan peran keluarga selama proses konseling.
3. Sebaiknya menggunakan media leaflet dalam setiap kegiatan konseling, karena mudah dalam penyampaian informasi.