

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan penelitian sebagai berikut:

1. Mayoritas pasien dengan gout arthritis di Puskesmas Pakis adalah perempuan lanjut usia yang tidak bekerja, tidak memiliki riwayat penyakit keluarga, memiliki kecenderungan untuk mengonsumsi obat tekanan darah, dan tingkat kadar asam urat tinggi ditunjukkan lebih banyak pada pasien perempuan.
2. Pasien gout arthritis pada kelompok kadar asam urat tinggi dan normal memiliki pola konsumsi makanan sumber protein berdasarkan jumlah menurut tingkat konsumsi yang cenderung tergolong kurang dengan jenis konsumsi protein hewani yang lebih beragam namun untuk frekuensi konsumsi lebih sering dari protein nabati.
3. Pasien gout arthritis memiliki perbedaan pola konsumsi makanan sumber purin berdasarkan jumlah yaitu pada kelompok kadar asam urat tinggi cenderung mengonsumsi purin dalam jumlah yang tinggi sedangkan pada kelompok normal dalam jumlah cukup. Akan tetapi, berdasarkan jenis dan frekuensi konsumsi pada dua kelompok tersebut sama-sama didominasi dari purin sedang yang lebih beragam dengan frekuensi sering.

#### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan penelitian, disarankan untuk memberikan edukasi gizi kepada pasien gout arthritis karena belum sepenuhnya mematuhi diet. Edukasi fokus kepada pola makan, menganjurkan konsumsi protein dengan kandungan purin sedang sebanyak 50-75 gram/hari, serta memperhatikan pola konsumsi sayuran yang mengandung purin. Penelitian lanjutan yang lebih spesifik tentang asupan protein dan hubungannya dengan peningkatan kadar asam urat, serta faktor lain terkait gout arthritis, perlu dilakukan dengan pemeriksaan status gizi secara langsung menggunakan metode antropometri.