**BAB V**

**KESIMPULAN DAN SARAN**

**5.1 Kesimpulan**

Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa :

1. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara Pola makan penderita gout arthritis pada lansia terhadap kadar asam urat

2. Tidak terdapat hubungan antara Dukungan keluarga penderita gout arthritis pada lansia terhadap kadar asam urat.

3. Bedasarkan distribusi jenis kelamin responden yang paling banyak mengalami gout arthritis adalah perempuan yaitu sebanyak 90%, distribusi usia responden yang paling banyak mengalami gout arthritis adalah rentang usia >65 tahun yaitu sebanyak 50%.

4. Pola makan responden memiliki kategori Baik yaitu sebanyak 70% dan Dukungan Keluarga responden yang memiliki kategori tinggi yaitu sebanyak 35%.

5. Kadar asam urat termasuk dalam kategori tinggi perempuan >6 mg/dl laki-laki >7 mg/dl

**5.2 Saran**

1. Dari hasil penelitian ini, diharapkan responden agar tetap menjaga pola makan yang baik sehingga kadar asam urat tetap normal, pola makan yang baik contohnya menghindari makanan yang mengandung purin seperti hati, jeroan, daging bebek, kacangkacangan, belinjo.

2. Dengan adanya penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk tenaga kesehatan untuk lebih aktif memberikan informasi tentang pentingnya menjaga pola makan pada usia lansia agar kadar asam urat tetap normal pola makan yang baik.

3. Keluarga harus terus memberikan dukungan kepada lansia (dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan materi, dukungan informasi, karena dengan dukungan keluarga yang baik

.4. Perlu adanya konseling gizi oleh tenaga kesehatan tentang makanan yang dianjurkan, makanan yang tidak dianjurkan kepada keluarga dan pasien.

5. Dengan adanya hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan tambahan dalam memberikan materi tentang cara hubungan pola makan dengan dukungan terhadap kadar asam urat pada lansia.