

## BAB VI

### KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini disajikan kesimpulan dan saran dari hasil penelitian yang berjudul "Hubungan peran keluarga dan pola konsumsi dengan perilaku pencegahan penyakit *gout arthritis* pada lansia di Puskesmas Manyar Kabupaten Gresik" penelitian yang telah dilaksanakan pada tahun 2020.

#### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Peran keluarga lansia di Puskesmas Manyar Kabupaten Gresik sebagian besar memiliki peran keluarga yang baik.
2. Pola konsumsi lansia di Puskesmas Manyar Kabupaten Gresik berupa bahan makanan yang paling sering dikonsumsi pada golongan bahan makanan pencegah yaitu ubi, wortel, dan pisang. Pada golongan bahan makanan pemicu golongan I (purin tinggi) yaitu tape ketan, soto ayam, kelapa koyor dan air kelapa. Dan pada golongan bahan makanan pemicu asam urat golongan II (purin sedang) yaitu daging ayam, tahu buncis dan nanas.
3. Perilaku pencegahan penyakit *gout arthritis* pada lansia di Puskesmas Manyar Kabupaten Gresik sebagian besar berperilaku baik.
4. Terdapat hubungan antara peran keluarga dengan perilaku pencegahan penyakit *gout arthritis* pada lansia di Puskesmas Manyar Kabupaten Gresik.
5. Terdapat hubungan antara pola konsumsi pada bahan makanan pencegah asam urat yaitu jagung muda dan semangka, bahan makanan pemicu asam urat golongan I (purin tinggi) yaitu tape ketan, ikan sarden, kepiting dan soto ayam, dan bahan makanan pemicu asam urat golongan II (purin sedang) yaitu ikan bandeng dan kembang kol dengan perilaku pencegahan penyakit *gout arthritis* pada lansia di Puskesmas Manyar Kabupaten Gresik.

6. Terdapat hubungan antara peran keluarga dan pola konsumsi dengan perilaku pencegahan penyakit *gout arthritis* pada lansia. Namun, peran keluarga lebih berhubungan dengan perilaku pencegahan penyakit pada lansia di Puskesmas Manyar Kabupaten Gresik.

## **6.2 Saran**

### **6.1.1 Pihak Puskesmas**

Perlu adanya edukasi gizi yang lebih intens kepada pasien lansia maupun keluarganya terkait pentingnya peran keluarga dan pola konsumsi pada lansia dengan perilaku pencegahan penyakit *gout arthritis*. Yang bertujuan untuk mengurangi resiko terjadinya penyakit *gout arthritis* dan meningkatkan usia harapan hidup lansia, sehingga dapat yang berpengaruh terhadap perubahan perilaku pencegahan penyakit *gout arthritis*.

### **6.1.2 Peneliti selanjutnya**

Untuk peneliti selanjutnya terkait perilaku pencegahan penyakit *gout arthritis* dapat ditambahkan terkait perilaku konsumsi karbohidrat kompleks, vitamin dan mineral. Dan faktor lain yang dapat berhubungan dengan perilaku pencegahan penyakit *gout arthritis* yaitu pengetahuan tentang asam urat, faktor stress, konsumsi herbal, aktivitas fisik dan lainnya.