

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dalam mereview sebanyak 10 jurnal yang sesuai kriteria inklusi, 8 jurnal nasional dan 3 jurnal internasional yang memberikan gambaran pola makan lansia penderita asam urat. Hasil beberapa jurnal yang didapatkan terkait dengan pola makan lansia penderita asam urat (gout) dapat disimpulkan bahwa mayoritas jurnal yang didapat mengungkapkan bahwa pola makan lansia memiliki pola makan dengan kategori kurang baik dikarenakan sering makan makanan yang tinggi purin daging, jeroan, seafood, kacang-kacangan, bayam, dan kangkung. Yang seharusnya lansia sudah tidak dianjurkan untuk makan makanan yang memiliki purin tinggi yang seharusnya tidak dikonsumsi supaya kadar asam urat dalam darah tidak meningkat.

B. Saran

1. Bagi Lansia

Diharapkan dengan adanya penelitian terdahulu mengenai pola makan lansia penderita asam urat (gout), diharapkan untuk tetap menjaga pola makan yang sehat agar kadar asam urat tetap normal, dengan menghindari makanan tinggi purin.

2. Bagi Petugas Kesehatan

Hasil karya ini hendaknya digunakan untuk masukan dalam memberikan informasi tambahan pendidikan keperawatan mengenai pola makan pada penderita asam urat.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini yang menggunakan metode penelitian *literature review*, dapat memberikan pengetahuan baru dan informasi tentang pola makan yg baik pada penderita asam urat.