

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari 20 artikel yang terdiri dari 10 artikel nasional dan 10 artikel internasional dilakukan literatur review didapatkan hasil karakteristik konsumsi makanan yang mengandung purin dengan kadar asam urat meliputi jenis makanan purin, dan kadar purin.

1. Jenis makanan makanan mengandung purin terbagi menjadi 2 jenis yaitu hewani dan nabati. Jenis makanan hewani menjadi faktor utama dalam peningkatan kadar asam urat, hal ini disebabkan karena jenis makanan hewani mengandung kadar purin yang lebih tinggi dibandingkan jenis makanan nabati.
2. Kadar purin yang dikonsumsi oleh responden rata-rata termasuk dalam kategori rendah dimana hanya berkisar kurang dari 600 mg/hari sehingga menghasilkan kadar asam urat dalam kategori normal.

Dari penelitian ini penulis menyimpulkan resiko paling tinggi dalam meningkatkan kadar asam urat adalah dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung kadar purin dengan jumlah > 1000 mg/hari seperti makanan hewani (usus, daging sapi, limpa, udang, ikan tuna, ikan sarden, daging ayam, daging babi, ikan mujair, hati, daging kambing, daging unta, salmon, paru, ginjal, jantung, sosis, otak bebek, burung, sarden). Pada hasil penelitian atas peneliti menyimpulkan bahwa

terdapat hubungan antara konsumsi makanan yang mengandung purin dengan kadar asam urat.

B. Saran

Beberapa saran yang peneliti dapat sampaikan terkait hasil Metode Literature Review yaitu:

1. Bagi institusi pendidikan keperawatan.

Hasil penelitian ini memperkaya pengetahuan keperawatan khususnya keperawatan asam urat, dan juga menjadi masukan bagi mahasiswa dalam proses studi dan *Literature Riview*.

2. Bagi peneliti lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi dan informasi bagi para peneliti di bidang yang sama dimasa yang akan datang, yang dapat digunakan untuk meningkatkan dan menambah pengetahuan baru.