

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa gambaran pola makan pada lansia yang mengalami asam urat di Posyandu Lanisa RW 08 Betek kecamatan Klojen Kota Malang sebagian besar menunjukkan pola makan kurang sejumlah 21 lansia (52,5%), sebagian kecil menunjukkan pola makan cukup sejumlah 10 lansia (25%), dan lansia dengan pola makan baik sejumlah 9 lansia (22,5%).

5.2 Saran

Saran yang dapat peneliti berikan sebagai berikut :

5.2.1 Bagi Peneliti yang akan datang

Diharapkan bagi peneliti yang akan datang dapat dikembangkan dan diteliti lebih lanjut terkait tentang faktor-faktor yang mempengaruhi pola makan pada lansia yang mengalami asam urat di Posyandu Lansia RW 08 Betek kecamatan Klojen Kota Malang.

5.2.2 Bagi Responden

Diharapkan bagi lansia yang mengalami asam urat dapat termotivasi untuk mematuhi pola makan yang baik bagi penderita asam urat.

5.2.3 Bagi Posyandu Lansia

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai pola makan pada lansia yang mengalami asam urat agar ditindaklanjuti dalam bentuk penyuluhan dan pendampingan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah. (2016). Pengetahuan, Sikap dan Konsumsi Makanan Berserat Pada Siswa SMK Negeri 6 Yogyakarta. Universitas Negeri Yogyakarta
- Anis Ramonda, D., Galih Yudanari, Y., & Choiriyah, Z. (2019). Hubungan antara Body Image dan Jenis Kelamin terhadap Pola Makan pada Remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 2(2), 109–114.
- Azizah. (2011). Keperawatan lanjut usia . Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Depkes RI. (2018). Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Departemen
- Dewi, F. A., & Afridah, W. (2018). Pola Makan Lansia Penderita Asam Urat Di Posyandu Lansia Kelurahan Wonokromo Surabaya. *Journal of Health Sciences*, 7(1).
- Dungga, E. F. (2022). Pola Makan dan Hubungannya Terhadap Kadar Asam Urat. *Jambura Nursing Journal*, 4(1), 7–15.
- Emiliana, & Dkk. (2021). Pengaruh Senam Ergonomik terhadap Penurunan Kadar Asam Urat pada Penderita Gouth Arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Bone Rombo Kabupaten Buton Utara Iful. *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, 01(July), 1–7.
- Endah, N., & Zulmah, A. (2021). Gambaran Pola Makan Berdasarkan Jenis , Frekuensi Dan Jumlah Makan Terhadap Peningkatan Kadar Asam Urat : Literature Review. *Borneo Student Research*, 3(1), 118–138.
- Eny Astuti, Ni Putu Widari, E. U. D. (2022). Peningkatan pengetahuan lansia tentang asam urat di posyandu lansia rt 17 rw 06 tambak asri surabaya. *Meditory : The Journal of Medical Laboratory*, (20), 19–24.
- Febriyanti, T. (2020). Hubungan Kemampuan Diet Rendah Purin Dengan Kadar Asam Urat. *Jurnal Ners LENTERA*, 8(1), 72–79.
- Fitriana, R. (2015). Cara Cepat Usir Asam Urat. Yogyakarta: Medika.

- Herlina, E. (2013). Penyakit Asam Urat Kandas Berkat Herbal. Jakarta : FMedia
- Jilli, D. (2016) Hubungan Antara Umur, Jenis Kelamin Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Kadar Asam Urat Darah Pada Masyarakat Yang Datang Berkunjung Di Puskesmas Paniki Bawah Kota Manado.
- Juhari, 2016. Skripsi, Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Pada Pra Lansia Di Rt:02/Rw:02 Desa Candimulyo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang. Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang.
- Junaidi. (2012). Rematik dan Asam Urat. Jakarta : PT. Bhuana Ilmu Populer Kelompok Gramedia.
- Kadir, Abdul. (2016). Kebiasaan Makan Dan Gangguan Pola Makan Serta Pengaruhnya Terhadap Status Gizi Remaja.
- Kementrian Kesehatan RI. Diet Rendah Purin. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI; 2011.
- Kusumayanti, G.A., D, Wiardani, N., K, Sugiani, P., P., S. (2014). Diet Mencegah dan Mengatasi Gangguan Asam Urat. Jurnal Ilmu Gizi 5 (1) : 69-78.
- Nursalam. (2013). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. Edisi 3. Jakarta. Salemba Medika.
- Nursalam. (2016). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi.4. Jakarta : Salemba Medika.
- Oetoro, s. (2018). Smart Eating: 1000 Jurus Makan Pintar dan Hidup Bugar. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Pitra, Ilham Adi. (2017). Gambaran Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Lansia Terhadap Kesehatan Di Desa Bonto Bangun Kecamatan Rilau Ale Kabupaten Bulukumba.
- Prastyawati, R., Rampa, E., & Romadhoni, T. (2021). Sosialisasi

Pencegahan Penyakit Gout Dan Pemeriksaan Asam Urat Pada Petani Kampung Seafen Empat Dua Distrik Skanto Kabupaten Keerom. *Jurnal Abdimas Dinamis: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 6–11.

Pratiwi, W. (2013). Hubungan Pola Makan dengan Gastritis pada Remaja di Asrama Daar El-Qolam Tangerang. Program Studi Ilmu Keperawatan. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.

Shafitra, M., Permatasari, P., Agustina, A., & Ery, M. (2020). Hubungan Status Gizi, Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Produktivitas Kerja Pada Pekerja di PT Gatra Tahun 2019. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 19(1), 50–56

Siska, Hosana. (2017). Gambaran Pola Makan Dalam Kejadian Gastritis Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Sekayam Kabupaten Sanggau, Universitas Tanjungpura, Fakultas Kedokteran, Pontianak.

Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: PT Alfabet.

Saputra, B. I., & Nurdian, L. (2019). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Asam Urat Pada Lansia Penderita Gout Arthritis Di Kacangan Giripurwo Purwoasri Gunungkidul*. 1–17.

Sari, N., Johan, T., Yuswanto, A., & Fatmasari, D. (2022). *Efektivitas Akupresur Dan Ekstrak Daun Salam Terhadap Kadar Asam Urat Pada Klien Arthritis Gout*. 1(3), 7–14.

Sari, N. N., Warni, H., Kurniasari, S., & Agata, A. (2022). *Upaya pengendalian kadar asam urat pada lansia melalui deteksi dini dan penyuluhan kesehatan*. 6, 1666–1671.

Sulistyoningsih, Hariyani., 2011. *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Syawali, M., & Ciptono, F. (2022). *Hubungan kadar asam urat dengan hipertensi pada lanjut usia di Puskesmas Sukanagalih Kecamatan*

Pacet Kabupaten Cianjur World Health Organization (WHO) tahun orang di hasil menderita faktor terjadinya peningkatan kadar asam urat (hiperurisemia) akibat . 4(2), 295–301.

Wawan dan Dewi, 2010, Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia, Yogyakarta : Nuha Medika

Yekti & Ari. (2016). Cara Jitu Mengatasi Asam Urat. Yogyakarta: Rapha Publishing

Yunita, E. P., D. I. Fitriana, dan A. Gunawan. (2018). Hubungan antara Obesitas, Konsumsi Tinggi Purin , dan Pengobatan terhadap Kadar Asam Urat dengan Penggunaan Allopurinol pada Pasien Hiperurisemia.

Utami, P. (2009). Solusi Sehat Asam Urat dan Rematik. Jakarta: Agromedia Pustaka.

