

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Desa Limran Kkelurahan Pantoloan Boya Kecamatan Tawaeli maka dapat disimpulkan bahwa:

- 5.1.1 pola makan terjadinya penyakit gout di dapatkan hasil dengan pola makan baik sebanyak 3 orang dan pola makan kurang baik sebanyak 31 orang
- 5.1.2 penyakit gout (asam urat) di dapatkan hasil dengan yang menderita penyakit asam urat sebanyak 31 orang dan yang tidak menderita sebanyak 3 orang.
- 5.1.3 terdapat hubungan pola makan dengan terjadinya gout (asam urat) di Desa Limran Kkelurahan Pantoloan Boya Kecamatan Tawaeli.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi tempat peneliti

Penelitian dapat dijadikan sebagai langkah alternatif untuk menjadikan tolak ukur dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi terutama pada makanan yang berprotein tinggi yang mengandung zat purin dan diharapkan kepada seluruh masyarakat khususnya masyarakat di desa limran baik yang menderita maupun tidak menderita penyakit asam urat atau disebut dengan nyeri sendi dan otot-otot, dan disarankan pada masyarakat untuk banyak mengkonsumsi air putih (1,5 liter), dan buat masyarakat Limran untuk berolahraga setiap hari, pagi dan sore dan sempatkan waktu anda untuk memeriksakan kesehatan di puskesmas terdekat agar kesehatan anda dapat terkontrol.

5.2.2 Bagi Institusi Pendidikan STIKes Widya Nusantara Palu

Disarankan agar hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan di perpustakaan yang nantinya dapat menambah pengetahuan mahasiswa tentang hubungan pola makan dengan terjadinya penyakit gout (asam urat) dan membantu dalam pembuatan skripsi selanjutnya.

5.2.3 Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dengan memperbaiki setiap kekurangan yang ada.