

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan terkait persepsi partisipan tentang pengalaman pasien terkait faktor risiko terjadinya *urolithiasis* dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hasil penelitian pada pengetahuan pasien cukup tentang penyakit *urolithiasis* terkait faktor risiko terjadinya *urolithiasis* terbanyak mengetahui kurang minum air putih, banyak minum minuman bersoda, nahan kencing dan suka makan makanan yang mengandung zat kapur.
2. Hasil penelitian pada sikap pasien tentang penyakit *urolithiasis* terkait faktor risiko terjadinya *urolithiasis* terbanyak pengetahuan cukup dan sikap cukup yaitu asupan cairan tidak boleh kurang dari dua liter, pola makan yang tidak teratur, dan mengurangi makanan yang tinggi purin.
3. Hasil penelitian pada faktor – faktor risiko yang dilakukan partisipan terkait terjadinya *urolithiasis* terbanyak pola kebiasaan minum sedikit atau kurang minum air putih. Pola kebiasaan makan terbanyak mempunyai kebiasaan makan jengkol, pete, daging dan makanan yang banyak mengandung purin, banyak garam, santan, dan sayuran hijau. Pola aktivitas terbanyak hanya kegiatan sehari – hari ya termasuk bergerak atas tuntutan rutinitas pekerjaan dan satu orang olah raga setiap hari karena pulang dari masjid sambil berjalan dan lari – lari kecil.

## 5.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disajikan maka ada beberapa saran yang dapat disampaikan kepada beberapa pihak terkait yaitu:

### 1. Bagi Pasien

Pasien *urolithiasis* dapat menghindari faktor risiko terjadinya *urolithiasis* (cukup asupan air putih dan menghindari diet tinggi purin, oksalat dan kalsium) sehingga mencegah *urolithiasis* berulang.

### 2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Pentingnya meningkatkan program edukasi terkait penyakit *urolithiasis* termasuk risiko berulang dan komplikasinya di pelayanan kesehatan pada pasien *urolithiasis* dan keluarga yang berobat.

### 3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi bahan pengembangan dalam upaya meningkatkan informasi mengenai faktor risiko terjadinya *urolithiasis*.

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi data pendukung pentingnya melakukan edukasi tentang faktor risiko terjadinya *urolithiasis*.