

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dengan judul “ Gambaran Pelaksanaan Kepatuhan Diet pada Pasien Hipertensi” dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Berdasarkan karakteristik responden dalam penelitian ini adalah rerata umur 53,10 tahun  $\pm$  7,24, umur minimal 42 tahun dan umur maksimum 70 tahun
2. Berdasarkan karakteristik responden jenis kelamin mayoritas perempuan sebanyak 55,0%.
3. Berdasarkan karakteristik responden tingkat pendidikan mayoritas SMA sebanyak 40,0%.
4. Berdasarkan karakteristik responden tingkat pekerjaan mayoritas bekerja sebanyak 62,5%.
5. Berdasarkan karakteristik responden lama menderita hipertensi adalah rerata responden 1,85 tahun  $\pm$  1.099, lama menderita minimum 1 tahun dan lama menderita maksimum 4 tahun.
6. Kepatuhan diet hipertensi pada pasien hipertensi di RW 02 Jetis Karangdowo mayoritas sebagian besar responden patuh dalam melaksanakan diet yaitu 65,0%.

#### **B. Saran**

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti selain memberikan saran pada berbagai pihak untuk melaksanakan diet hipertensi, saran-saran tersebut antara lain sebagai berikut :

##### **1. Bagi Masyarakat**

Masyarakat supaya melakukan pencegahan tekanan darah secara mandiri dirumah dengan melakukan diet yaitu dengan menjelaskan kepatuhan diet hipertensi dalam melaksanakan diet hipertensi agar patuh terhadap pelaksanaan diet.

##### **2. Bagi Institusi Kesehatan**

Hasil penelitian yang telah dilakukan dapat digunakan sebagai bahan kajian dalam proses belajar mengajar mahasiswa, dan referensi perpustakaan.

3. Bagi pelayanan kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan untuk petugas pelayanan kesehatan dalam memberikan pendidikan kesehatan bagi pasien agar termotivasi untuk melaksanakan diet hipertensi dengan patuh sesuai dengan anjuran yang telah diberikan.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan penelitian ini masih perlu dikembangkan lagi, diharapkan bagi peneliti selanjutnya menambah variabel metode lain serta penelitian lebih baik dalam melaksanakan diet hipertensi agar tekanan darah terkontrol.