

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Dari hasil penelitian gambaran pengetahuan tentang diet rendah garam pada penderita hipertensi, didapatkan hasil bahwa :

1. Karakteristik dalam penelitian ini sebagian besar berusia 52 tahun, lama menderita hipertensi rerata 3 tahun, jenis kelamin sebagian besar perempuan sebanyak 39 (78.0%), pendidikan paling banyak 20 (40.0%), pekerjaan paling banyak yaitu petani 36 (72.0%).
2. Pengetahuan diet rendah garam pada penderita hipertensi sebagian besar baik yaitu sebanyak 41 (82.0%).

#### **B. Saran**

1. Bagi Puskesmas

Diharapkan memiliki SOP tentang edukasi gizi mengenai rendah garam.

2. Bagi Perawat

Kolaborasi dalam memberikan edukasi kepada penderita hipertensi dalam memberikan pemahaman diet hipertensi sehingga dapat menurunkan angka kejadian hipertensi dan komplikasi hipertensi.

3. Bagi Peneliti

Dalam penelitian selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan variabel lain dan sampel yang lebih luas.

4. Bagi Pasien

Klien/ masyarakat dapat melakukan pencegahan hipertensi dengan tindakan promotif sehingga penderita hipertensi dapat selalu menjaga kestabilan tekanan darah dengan mematuhi diet hipertensi dengan baik.