

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis peneliti dan pembahasan, dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Rerata umur responden di Desa Ketandan adalah $63.19 \pm 8,59$, sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 56 orang (60,2 %), tingkat pendidikan responden tamat SD sebanyak 47 orang (50,5 %), pekerjaan sebagian besar responden bekerja sebagai Ibu rumah Tangga sebanyak 52 orang (55,9 %). dengan status perkawinan menikah sebanyak 100 orang (100 %), dan lama mendenta hipertensi dengan rerata 3.01 ± 1.13 dengan responden dengan lama sakit paling rendah 1 tahun dan lama sakit paling tinggi 7 tahun dengan tekanan darah sistolik dan diastolik $145/100 \pm 5.18$ dengan tekanan darah terendah 140/100 dan tekanan darah tertinggi 160/120.
2. Berdasarkan pola makan sebagian besar responden pola makannya baik dengan responden 56 orang (60,2 %).

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas adapun saran yang dapat diberikan sebagai berikut :

1. Bagi Instansi Kesehatan
Bagi petugas kesehatan diharapkan melaksanakan pemeriksaan tekanan darah secara rutin kepada masyarakat setempat yang bertujuan untuk mendeteksi dan memulai pengobatan terhadap hipertensi sedini mungkin.
2. Bagi perawat
Hasil penelitian ini diharapkan ada upaya yang dapat dilakukan perawat untuk mengatasi pola makan yang salah dengan hipertensi.
3. Bagi masyarakat
Masyarakat diharapkan mampu menerapkan pola makan yang banar dengan hipertensi
4. Bagi peneliti selanjutnya
Diharapkan dapat mengembangkan penelitian serupa dengan pengembangan penelitian lebih lanjut untuk menambah pengalaman dan informasi
5. Bagi pasien

Diharapkan pasien agar dapat meningkatkan kesehatannya setelah mendapatkan informasi dari penelitian ini