

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dengan judul “Gambaran Kepatuhan Diet Pada Lansia Penderita Hipertensi Peserta Polanis di Kecamatan Polanharjo dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan karakteristik responden dalam penelitian ini adalah rerata umur $\pm 67,94$ tahun $\pm 6,298$, umur minimal 60 tahun dan umur maksimum 92 tahun. Responden jenis kelamin mayoritas Perempuan sebanyak 55,8%. Responden mayoritas pendidikan SMP sebanyak 40,4%. Mayoritas responden tidak bekerja sebanyak 59. Selanjutnya Responden yang menderita hipertensi mayoritas sudah menderita hipertensi selama 6-10 tahun 44,2%. Kepatuhan diet hipertensi pada lansia penderita hipertensi peserta polanis kecamatan Polanharjo mayoritas sebagian besar tidak patuh dalam menjalani diet yaitu 71,2%

B. Saran

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti selain memberikan saran pada berbagai pihak untuk melakukan 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 keperustakaan.

3. Bagi pelayanan kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan untuk petugas Kesehatan dalam memberikan pendidikan Kesehatan bagi pasien agar termotivasi untuk melaksanakan diet hipertensi dengan patuh sesuai anjuran yang 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 kepatuhan diet hipertensi agar tekanan darah terkontrol.