

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. SIMPULAN

Hasil pengumpulan data yang telah dilakukan pada penderita hipertensi di UPTD Puskesmas Banjarangkan II yang berjumlah 35 sampel, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Berdasarkan tingkat konsumsi protein penderita pasien hipertensi sebagian besar memiliki kategori kurang sebanyak 24 sampel (68,5%), konsumsi karbohidrat lebih banyak sebanyak 18 sampel (51,4%).
2. Berdasarkan status gizi penderita hipertensi dengan status gizi kurus sebanyak 3 sampel (8,6%), status gizi normal sebanyak 16 sampel (45,7%) dan status gizi lebih (obesitas) sebanyak 16 sampel (45,7%).
3. Berdasarkan tingkat konsumsi protein dan karbohidrat dan status obesitas sampel dengan asupan protein lebih dengan status gizi obesitas sebanyak 6 orang (100%) namun ada juga tingkat asupan protein kurang memiliki status gizi obesitas sebanyak 8 orang (33,3%) dan sampel dengan asupan karbohidrat lebih sebanyak 14 orang (77,7%).

B. SARAN

1. Disarankan kepada pasien hipertensi untuk dapat menerapkan diet hipertensi dirumah sesuai yang sudah dianjurkan untuk memenuhi kebutuhan asupan dan menjaga status gizi agar tetap normal.
2. Disarankan kepada pihak UPTD Puskesmas Banjarangkan II Klungkung untuk rutin melaksanakan penyuluhan maupun konseling mengenai peningkatan dan mempertahankan status gizi normal, serta pengendalian penyakit sehingga tidak terjadi komplikasi.
3. Disarankan kepada tenaga pelaksana gizi di UPTD Puskesmas Banjarangkan II Klungkung untuk memberikan edukasi mengenai penatalaksanaan penyakit hipertensi terutama mengenai tingkat konsumsi protein dan karbohidrat, dan makanan yang dianjurkan dan tidak dianjurkan.