

## BAB VI

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan pada pasien hipertensi komplikasi jantung di RSUD Bangli, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Berdasarkan tingkat konsumsi zat gizi makro (energi, protein, lemak dan karbohidrat) dari 37 sampel, tingkat konsumsi energi kurang sebesar 91,89%, tingkat konsumsi protein kurang sebesar 97,30%, tingkat konsumsi lemak kurang sebesar 67,57%, dan tingkat konsumsi karbohidrat kurang sebesar 91,89%.
2. Status gizi normal (54,05%), kurus (5,41%), berat badan lebih (16,22%) sedangkan obesitas (24,32%).
3. Hasil sebaran tingkat konsumsi energi berdasarkan status gizi sebagian besar pasien hipertensi komplikasi jantung dengan jumlah sampel 34 sampel memiliki tingkat konsumsi energi kurang dengan status gizi normal sebesar 46,65%, berat badan lebih sebesar 16,22%, dan obesitas sebesar 24,32%.
4. Hasil sebaran tingkat konsumsi protein berdasarkan status gizi semua pasien hipertensi komplikasi jantung dengan jumlah sampel 37 sampel memiliki tingkat konsumsi protein kurang dengan status gizi normal sebesar 51,35%, berat badan lebih sebesar 18,92%, dan obesitas sebesar 24,32%.
5. Hasil penelitian diperoleh 25 sampel yang memiliki tingkat konsumsi lemak kurang, sebesar 32,43% sampel memiliki status gizi normal, sebesar 16,22% memiliki status gizi berat badan lebih, dan sebesar 18,92% memiliki status gizi obesitas.

6. Hasil penelitian diperoleh sampel yang memiliki tingkat konsumsi karbohidrat kurang sebanyak 34 sampel, sebesar 51,35% dengan status gizi normal, sebesar 16,22% dengan berat badan lebih, dan sebesar 21,62% dengan obesitas.

## **B. Saran**

1. Bagi petugas gizi sebaiknya memberikan edukasi mengenai tingkat konsumsi zat gizi makro (energi, protein, lemak, dan karbohidrat) dengan porsi yang sesuai bagi pasien.
2. Bagi peneliti lain disarankan untuk meneliti makanan dari luar untuk dihitung
3. Bagi pasien harus lebih taat dengan diet yang diberikan di rumah sakit agar dapat meningkatkan tingkat konsumsinya.