BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi pustaka terhadap 6 jurnal yang dilakukan terkait pengaruh konseling gizi terhadap tingkat Pengetahuan, kepatuhan diet dan tekanan darah pasien hipertensi, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

a. Berdasarkan hasil penelitian dari (Hety, 2016), (Ade Puspa, 2019), (Indira, 2019) dan (Nike Rulanda, 2018). Dimana tingkat pengetahuan gizi sebelum dilakukan konseling gizi dan sesudah dilakukan konseling gizi mengalami peningkatan, yang artinya ada pengaruh konseling gizi terhadap tingkat pengetahuan pasien hipertensi.

b. Berdasarkan hasil penelitian (Ade Puspa, 2019), dimana tingkat kepatuhan gizi pasien terhadap makanan sebelum diadakan konseling dan setelah diberikan konseling memberikan pengaruh positif terhadap perubahan tingkah laku pasien dari yang tidak patuh menjadi patuh artinya ada pengaruh pemberian konseling gizi terhadap kepatuhan diet pasien hipertensi

c. Berdasarkan hasil penelitian (Risky, 2017) dan (Indira, 2019) menunjukan bahwa konseling gizi memberikan pengaruh terhadap tekanan darah pasien hipertensi, yaitu terjadi penurunan tekanan darah menjadi normal.

d. Berdasarkan penelusuran pustaka yang dilakukan dalam 6 jurnal menggunakan 2 database yaitu ejurnal dan google scholar maka disimpulkann bahwa ada pengaruh konseling gizi terhadap tingkat Pengetahuan, kepatuhan diet dan tekanan darah pada pasien hipertensi.

2. Saran

Konseling gizi dapat meningkatkan pengetahuan pada pasien tentang tujuan diet, syarat diet, pengaturan makanan, cara menagtur diet dan contoh menu sehari. Tingkat Pengetahuan pasien akan memberi pengaruh bagi kepatuhan diet pasien, dengan pengetahuan yang baik diharapkan pasien mampu merubah perilaku dan meningkatkan kesadaran diri dari tidak patuh menjadi patuh. semakin tinggi kepatuhan, sikap kepatuhan diet pasien hipertensi, tekanan darah pasien hipertensi akan semakin rendah / normal.