

## **BAB VI**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Simpulan yang didapat berdasarkan hasil penelitian gambaran pola makan pada pasien hipertensi di wilayah kerja UPT Kesmas Sukawati I adalah :

1. Pola makan pada pasien hipertensi menunjukkan bahwa sebanyak 36 responden sebagian besar didapatkan hasil paling banyak dengan kategori kurang yaitu sebanyak 22 responden (61,11 %).
2. Tingkat hipertensi pada pasien hipertensi menunjukkan bahwa sebanyak 36 responden sebagian besar didapatkan hasil paling paling banyak dengan hipertensi tingkat 1 yaitu sebanyak 16 responden (44,44 %).
3. Tingkat hipertensi berdasarkan pola makan pada pasien hipertensi menunjukkan bahwa sebanyak 36 responden sebagian besar didapatkan hasil paling paling banyak dengan pola makan kurang pada hipertensi tingkat 1 yaitu sebanyak 10 responden (27,78%).

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian gambaran pola makan pada pasien hipertensi di wilayah kerja UPT Kesmas Sukawati I terdapat kesenjangan sehingga terdapat beberapa saran :

##### **1. Bagi peneliti selanjutnya**

Penelitian ini diharapkan mampu digunakan sebagai bahan dasar untuk penelitian selanjutnya khususnya di bidang keperawatan medikal bedah mengenai pola makan pada pasien hipertensi dalam lingkup yang lebih luas dengan metode

yang berbeda seperti melakukan penelitian dengan membandingkan hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi, ataupun faktor lain penyebab hipertensi seperti gaya hidup, stress dan yang lainnya sehingga dapat pengembangan ilmu dan pengalaman yang lebih baik.

## **2. Bagi UPT Kesmas Sukawati I**

Diharapkan mampu dijadikan acuan oleh puskesmas sesuai dengan perkembangan ilmu keperawatan yang ada dalam pemberian pelayanan kesehatan pada pasien hipertensi untuk melakukan konseling agar tetap mengontrol tekanan darah secara rutin dan menjaga pola makan yang sehat seperti diet rendah garam, mengurangi konsumsi makanan yang berlemak atau digoreng, dan menghindari meminum- minuman yang beralkohol, soda dan kopi agar dapat mengurangi angka kejadian pada hipertensi.