

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian implementasi edukasi kesehatan *dietary approaches to stop hypertension* pada pasien defisit pengetahuan tentang manajemen hipertensi (Studi Kasus di Banjar Abiantimbul Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat Kota Denpasar) dapat ditarik suatu kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil pengkajian Ny. K tanggal 28 April 2024 diperoleh pasien menanyakan makanan yang boleh dikonsumsi oleh penderita hipertensi, menunjukkan persepsi yang keliru terhadap masalah (tidak rutin kontrol hipertensi tidak minum obat penurun tekanan darah), hasil pengukuran tekanan darah 150/90 mmHg, dan pasien menunjukkan perilaku tidak sesuai anjuran (mengkonsumsi makanan berlemak seperti jeroan dan goreng-gorengan). Hasil kuesioner tingkat pengetahuan pasien tentang *dietary approaches to stop hypertension*, subjek benar 6 dari 16 soal dengan persentase 37,5%.
2. Diagnosis keperawatan Ny. K adalah defisit pengetahuan berhubungan dengan kurang terpapar informasi dibuktikan dengan menanyakan masalah yang dihadapi (menanyakan makanan apa saja yang dapat dikonsumsi pasien dengan hipertensi), menunjukkan perilaku tidak sesuai anjuran (jarang melakukan kontrol hipertensi ke fasilitas kesehatan terdekat) dan menunjukkan persepsi yang keliru terhadap masalah (tidak mengonsumsi obat antihipertensi dan makan-makanan yang mengandung lemak seperti gorengan dan jeroan).

3. Rencana keperawatan yang diberikan pada Ny. K adalah edukasi kesehatan dan edukasi diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) selama 1 x 30 menit dengan luaran tujuan dan kriteria hasil adalah tingkat pengetahuan meningkat.
4. Implementasi keperawatan edukasi kesehatan dan edukasi diet DASH dilakukan selama 1 x 30 menit dengan menggunakan media *booklet*. Implementasi yang dilakukan meliputi mengidentifikasi kesiapan menerima informasi, identifikasi tingkat pengetahuan saat ini, identifikasi persepsi pasien tentang diet yang diprogramkan, identifikasi keterbatasan finansial untuk menyediakan makanan, jadwalkan pendidikan kesehatan sesuai kesepakatan, menjelaskan kepatuhan diet terhadap kesehatan, menjelaskan pengertian, tujuan, pedoman, kontraindikasi, dan perencanaan *dietary approaches to stop hypertension* (DASH).
5. Evaluasi keperawatan implementasi edukasi kesehatan *dietary approaches to stop hypertension* dilakukan tanggal 30 April 2024 diperoleh data bahwa tingkat pengetahuan Ny. K meningkat dimana persentase tingkat pengetahuan sebelum edukasi yaitu 37,5% menjadi 100% setelah edukasi.

B. Saran

1. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan Puskesmas II Denpasar Barat

Berdasarkan hasil implementasi edukasi kesehatan tentang *dietary approaches to stop hypertension* pada pasien hipertensi, edukasi diet dapat ini diterapkan di Puskesmas sebagai alternatif edukasi selain edukasi diet rendah garam sehingga dapat mengurangi jumlah pasien yang dirawat intensif dan menurunkan angka kematian akibat hipertensi.

2. Bagi Pasien Hipertensi

Berdasarkan hasil dari implementasi edukasi kesehatan tentang *dietary approaches to stop hypertension* (DASH) pada pasien hipertensi, diet ini dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari sebagai salah satu cara untuk mengontrol tekanan darah dan mencegah komplikasi akibat hipertensi.