

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 1. Kesimpulan

- a. Rata-rata persentase asupan makan sebelum perlakuan adalah energi 67.84%, karbohidrat 61.67%, lemak 78.25% dan protein 70.38% pada kelompok pendampingan serta energi 84%, karbohidrat 81.42%, lemak 108.62% dan protein 77.86% pada kelompok buklet saja. Rata-rata persentase asupan makan setelah perlakuan adalah energi 66.37%, karbohidrat 60.78%, lemak 95.87% dan protein 60.98% pada kelompok pendampingan dan energi 66.37%, karbohidrat 60.78%, lemak 95.87% dan protein 60.98% pada kelompok buklet saja.
- b. Rata-rata tekanan darah diastole dan sistole sebelum perlakuan adalah 130,4 mmHg dan 86,3 mmHg pada kelompok pendampingan serta 135 mmHg dan 88mmHg pada kelompok buklet saja. Rata-rata tekanan darah sistole dan diastole setelah perlakuan adalah 146,5 mmHg dan 92 mmHg pada kelompok pendampingan serta 149,5 mmHg dan 95,5 mmHg pada kelompok buklet saja
- c. Terdapat perbedaan yang signifikan antara selisih asupan protein setelah mendapatkan buklet hipertensi dan buklet hipertensi disertai pendampingan keluarga dengan nilai  $p=0.028$ .

- d. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara perubahan tekanan darah setelah pasien mendapat buklet hipertensi dan buklet hipertensi dengan pendampingan keluarga.

## 2. Saran

- a. Bagi peneliti lain
  - 1) Sebaiknya untuk penelitian berikutnya tidak dilakukan saat bertepatan dengan hari besar yang sekiranya diadakan selama masa penelitian.
  - 2) Sebaiknya untuk penelitian berikutnya dilakukan dalam rentang waktu yang lebih lama agar penelitian bisa lebih maksimal dan hasilnya menunjukkan bahwa terjadi perubahan setelah perlakuan.
  - 3) Sebaiknya untuk penelitian berikutnya menambahkan beberapa variabel seperti konsumsi garam dan obat untuk memperkuat hasil penelitian
- b. Bagi institusi yaitu Puskesmas Gondokusuman 1

Sebaiknya pihak puskesmas mempertimbangkan diadakannya penyampaian informasi dan motivasi gizi mengenai masalah gizi kepada anggota keluarga pasien untuk membantu memperlancar jalannya pengobatan pasien
- c. Bagi pasien hipertensi
  - 1) Sebaiknya pasien hipertensi rutin melakukan pengecekan tekanan darah untuk membantu dalam mengontrol tekanan darah.

- 2) Sebaiknya keluarga pasien hipertensi memberikan dukungan moral dan material untuk membantu anggota keluarganya yang menderita hipertensi dalam menjalankan pengobatan