

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

1. Karakteristik pasien yaitu sebagian besar berjenis kelamin laki-laki (80%), pendidikan terakhir perguruan tinggi (40%), dan SMA (40%),. Sebanyak (40%) bekerja sebagai PNS, dan (40%) karyawan swasta. Riwayat keluarga yang mempunyai hipertensi sebanyak (60%). Dari 4 responden (80%) mempunyai status gizi normal dan 1 responden (20%) mempunyai berat badan lebih (overweight).
2. Tingkat konsumsi natrium dari 5 pasien yaitu masih tergolong dalam kategori defisit tingkat berat (<70%). Sedangkan untuk kebutuhan natrium berkisar 600-800 miligram (mg). dan sebagian responden juga memakan makanan dari luar rumah sakit.
3. Tingkat konsumsi magnesium dari 5 pasien yaitu masih tergolong dalam kategori defisit tingkat berat (<70%) dan defisit tingkat ringan (80-89%). Sedangkan untuk kebutuhan magnesium berkisar >420 miligram (mg) dan sebagian responden juga memakan makanan dari luar rumah sakit.
4. Tingkat konsumsi serat dari 5 pasien yaitu masih kurang dari kebutuhan yaitu >25 gram. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat konsumsi dari ke 5 responden masih tergolong dalam kategori defisit tingkat berat (<70%) dan sebagian responden juga memakan makanan dari luar rumah sakit.
5. Tekanan darah pasien sebagian besar tergolong kategori hipertensi derajat 1 yaitu sebanyak 3 pasien (60%).
6. Tingkat konsumsi natrium, magnesium dan serat berpengaruh dalam tekanan darah pasien hipertensi, dikarenakan dengan membatasi natrium dan meningkatkan kebutuhan magnesium dan serat tekanan darah pasien mengalami penurunan.

## **B. Saran**

1. Untuk peneliti selanjutnya sebaiknya melakukan penelitian dengan melengkapi dokumentasi terkait plato makanan sebelum dan sesudah dimakan oleh pasien.
2. Instalasi gizi sebaiknya mengupayakan untuk menambah standart kecukupan asupan serat dan magnesium bagi pasien hipertensi di RSUD Dr. Wahidin Sudiro Husodo Kota Mojokerto.