

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian jurnal-jurnal yang telah dilakukan analisis dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut;

1. Konseling gizi dengan dua jenis media (leaflet dan poster) dengan 1 kali konseling lebih efektif meningkatkan pengetahuan penderita hipertensi dibandingkan dengan satu jenis media (leaflet) dengan 2-3 kali konseling dengan rerata peningkatan pengetahuan dua jenis media (leaflet dan poster) dengan 1 kali konseling 20,7.
2. Konseling gizi dengan media leaflet dengan 3 kali konseling lebih efektif meningkatkan kepatuhan diet penderita hipertensi dibandingkan dengan media leaflet dengan 1 kali konseling dengan persentase peningkatan kepatuhan media leaflet dengan 3 kali konseling 70%.
3. Konseling gizi dengan media leaflet dengan 1-2 kali konseling lebih efektif menurunkan tekanan darah penderita hipertensi dibandingkan dengan 4-6 kali konseling dengan rerata penurunan 13,1-20 mmHg pada tekanan darah sistolik dan 3,4-7,7 mmHg pada tekanan darah diastolik.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian studi literatur ini, maka saran yang dapat diberikan yakni penggunaan form monitoring evaluasi kepatuhan diet bagi ahli gizi untuk memantau penerapan diet pada penderita hipertensi sehingga ahli gizi dapat mengetahui dengan tepat apakah klien sudah mampu menerapkan diet yang dianjurkan dengan baik.