

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh konseling gizi terhadap tingkat pengetahuan gizi, pola makan dan tekanan darah pada penderita hipertensi didapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Penderita hipertensi lansia di Puskesmas Rampal Celaket Kota Malang sebagian besar responden kelompok intervensi dan kontrol berjenis kelamin perempuan sejumlah 31 orang, responden berusia ≥ 60 tahun sejumlah 34 orang, status gizi obesitas I sejumlah 15 orang dan lama menderita hipertensi 6-10 tahun sejumlah 15 orang.
2. Terdapat pengaruh konseling gizi terhadap tingkat pengetahuan gizi yaitu perbedaan yang signifikan pada kelompok intervensi $p=0,000$
3. Terdapat pengaruh konseling gizi terhadap pola makan yaitu perbedaan yang signifikan pada kelompok intervensi $p=0,001$
4. Terdapat pengaruh konseling gizi terhadap tekanan darah yaitu perbedaan yang signifikan pada kelompok intervensi $p=0,000$
5. Terdapat pengaruh konseling gizi terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi kelompok intervensi $p=0,000$

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka saran yang dapat diberikan sebagai berikut :

1. Sebaiknya lansia dan keluarga tetap menerapkan materi edukasi yang telah diberikan dalam kehidupan sehari-hari meskipun penelitian telah selesai dilakukan.
2. Pada penelitian ini hanya terfokus pada kebiasaan makan responden, perlu analisa tentang kebiasaan konsumsi asupan natrium pada responden serta bagi penelitian selanjutnya diharapkan dapat dikaji tentang asupan natrium dan kebiasaan konsumsi sayur dan buah, peneliti dapat menggunakan metode lain seperti *recall 2x24 jam*, *food record* atau *SQ-FFQ*.