

## BAB 7

### PENUTUP

#### 7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, bisa diambil kesimpulan :

1. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor demografi (usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan) dalam menurunkan kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi di poliklinik jantung RSUD dr. Saiful Anwar Malang dengan nilai  $p > 0,05$  dan derajat kepercayaan 95%.
2. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor komitmen dalam menurunkan kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi di poliklinik jantung RSUD dr. Saiful Anwar Malang dengan nilai  $p > 0,05$  dan derajat kepercayaan 95%..
3. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor selera makan dalam menurunkan kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi di poliklinik jantung RSUD dr. Saiful Anwar Malang dengan nilai  $p > 0,05$  dan derajat kepercayaan 95%..
4. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor keyakinan telah mengonsumsi sedikit garam dalam menurunkan kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi di poliklinik jantung RSUD dr. Saiful Anwar Malang dengan nilai  $p > 0,05$  dan derajat kepercayaan 95%.
5. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor pemberian edukasi oleh tenaga kesehatan dalam menurunkan kepatuhan diet rendah garam

pada pasien hipertensi di poliklinik jantung RSUD dr. Saiful Anwar Malang dengan nilai  $p > 0,05$  dan derajat kepercayaan 95%..

6. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor dukungan keluarga dalam memilih dan memasak makanan rendah garam dalam menurunkan kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi di poliklinik jantung RSUD dr. Saiful Anwar Malang dengan nilai  $p > 0,05$  dan derajat kepercayaan 95%..
7. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor kesulitan makan makanan rendah garam di luar rumah dalam menurunkan kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi di poliklinik jantung RSUD dr. Saiful Anwar Malang dengan nilai  $p > 0,05$  dan derajat kepercayaan 95%.

## 7.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian diatas, maka dapat diajukan saran sebagai berikut:

1. Bagi pasien hipertensi

Pasien hipertensi telah mengetahui bahwa diet rendah garam memang dianjurkan oleh tenaga kesehatan. Sehingga pasien hipertensi perlu untuk meningkatkan kesadarannya untuk melakukan diet rendah garam. Cara yang dapat dilakukan pasien hipertensi untuk mengatasi rasa hambar akibat pengurangan jumlah garam, pasien dapat dianjurkan untuk menggunakan gula, bawang putih, bawang merah, kunyit, jahe, laos, dan bumbu dapur lainnya. Selain itu pasien juga boleh meminta tenaga kesehatan untuk menjelaskan panduan melakukan diet rendah garam.

## 2. Bagi penelitian selanjutnya

Jumlah sampel perlu diperbanyak dan kuisioner dibuat lebih objektif untuk mengukur kepatuhan diet rendah garam. Untuk checklist faktor-faktor penghambat diet rendah garam, dapat digali informasi lebih lanjut mengenai faktor latar belakang sosial budaya responden, penyakit yang diderita, pemahaman mengenai instruksi, financial, dan perilaku sehat yang dilakukan responden juga dapat ditambahkan dalam kuisioner. Selain itu juga perlu diberikan tempat untuk mendokumentasikan penjelasan jawaban responden.

## 3. Bagi praktik keperawatan

Memberikan informasi mengenai keterbatasan responden dalam melakukan diet rendah garam sehingga perawat dapat memberikan edukasi mengenai diet rendah garam dengan lebih rinci dan konseling nutrisi untuk menindaklanjuti pelaksanaan diet rendah garam. Edukasi dapat mencakup cara melakukan diet rendah garam, cara membedakan makanan tinggi garam dan rendah garam, cara membaca kadar garam pada label informasi gizi di bungkus makanan, jumlah garam yang boleh dikonsumsi. Informasi ini akan lebih efektif apabila dijelaskan secara verbal dan tulisan.

## 4. Bagi masyarakat

Memberikan informasi mengenai manfaat dan cara melakukan diet rendah garam bagi penderita hipertensi sehingga dapat mengurangi ketidakpatuhan responden.



This document was created with Win2PDF available at <http://www.win2pdf.com>.  
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.  
This page will not be added after purchasing Win2PDF.