

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini peneliti menguraikan kesimpulan dan saran berdasarkan tujuan dan hasil penelitian yang dilakukan selama 9 hari, yang dimulai pada tanggal 25 Mei sampai dengan 2 Juni 2024.

4.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan maka dapat diambil kesimpulan mengenai gambaran implementasi diet DASH (*Dietary Approach to Stop Hypertension*) pada pasien hipertensi di Puskesmas Pasir Panjang.

1. Karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, kebiasaan konsumsi makanan beresiko menunjukkan dapat mempengaruhi peningkatan tekanan darah pada seorang individu.
2. Hasil observasi tekanan darah pada responden juga terdapat perubahan penurunan tekanan darah setelah dilakukan pemberian implementasi diet DASH (*Dietary Approach to Stop Hypertension*).
3. Hasil pengidentifikasian pengetahuan yang dilakukan pada responden juga menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan setelah dilakukan pemberian implementasi diet DASH (*Dietary Approach to Stop Hypertension*).

5.2 Saran

1. Bagi keperawatan

Seorang perawat dapat memberikan intervensi yang baik, efektif dan tidak merugikan bagi klien.
2. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Mengembangkan intervensi edukasi kesehatan tentang implementasi diet DASH (*Dietary Approach to Stop Hypertension*) dalam upaya untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

3. Bagi Peneliti

Sebelum melakukan penelitian, diharapkan seorang peneliti harus banyak membaca, mencari sumber atau referensi terkait dengan masalah yang akan diteliti.