

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan dari hasil penelitian yang diperoleh yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjungsing dapat disimpulkan bahwa :

1. Kepatuhan pola diet lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tanjungsian didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden yang memiliki tingkat kepatuhan rendah sebanyak 34 orang (68%)
2. Gambaran kepatuhan pola diet terhadap jenis makan yang dikonsumsi lansia penderita hipertensi didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kepatuhan rendah sebanyak 31 orang (62%).
3. Mengetahui gambaran kepatuhan pola diet terhadap frekuensi makan pada lansia penderita hipertensi didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kepatuhan sedang sebanyak 27 orang (54%),
4. Mengetahui gambaran kepatuhan pola diet terhadap jumlah makan pada lansia penderita hipertensi didapatkan hasil bahwa pada umumnya responden yang memiliki tingkat kepatuhan rendah yaitu sebanyak 40 orang (80%)

#### **5.2 Saran**

##### **5.2.1 Bagi Praktis**

Diharapkan bagi pembaca dapat memahami permasalahan pentingnya Kepatuhan pola diet pada penderita hipertensi serta diharapkan bagi lansia dapat menambah wawasan lebih, merespon atau bertindak dalam melakukan diet hipertensi.

##### **5.2.2 Bagi Perkembangan**

Diharapkan dalam hasil penelitian ini dapat menjadi sumber untuk penelitian selanjutnya dan menambah wawasan terhadap gambaran kepatuhan diet hipertensi sehingga dapat mengembangkan penelitian mengenai lansia hipertensi sehingga lansia patuh untuk melakukan diet hipertensi.