

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian Gambaran Dukungan Keluarga Tentang Pola Diet Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pekauman Banjarmasin Tahun 2024 dan pembahasan ini di dapatkan hasil bahwa maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Responden sebagian memiliki dukungan keluarga yang baik dalam menjalankan pola diet penderita hipertensi yaitu sebanyak 15 (24%). Sebagian besar memiliki dukungan yang cukup untuk mengatur atau menjalankan pola diet pada penderita hipertensi adalah sebanyak 18 (30%). Responden yang sangat banyak adalah kurangnya dukungan dari keluarga dalam menjalankan pola diet pada penderita hipertensi yaitu sebanyak 28 (46%)

#### **B. Saran**

1. Bagi Puskesmas

Bagi pihak puskesmas di harapkan puskesmas membuat jadwal dalam satu bulan sekali kunjungan ke kompleks masyarakat dengan hipertensi untuk sekedar melakukan penyuluhan dan memberikan pengetahuan tentang penyakit hipertensi dan juga bisa melakukan program diet makanan hipertensi pada penderita hipertensi.

2. Bagi keluarga penderita hipertensi

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk mengatur pola diet makanan hipertensi pada yang menderita penyakit hipertensi dan juga bisa di jadikan sumber informasi tentang dukungan bagi penderita hipertensi baik dalam mengatur pola diet makanan.

### 3. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi sumber referensi untuk melakukan pendidikan kesehatan baik bagi diri sendiri atau orang lain yaitu dengan merubah gaya hidup yang tidak sehat seperti mengkonsumsi makanan asin dan makanan yang bersantan dan lain-lain yang menyebabkan hipertensi dan bisa juga wacana bagi pembaca di perpustakaan dalam menambah ilmu pengetahuan terkait dukungan keluarga pada pola diet pada penderita hipertensi.

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat menjadikan penelitian sebagai referensi untuk melaksanakan penelitian dan dengan menggunakan teknik kuantitatif atau menggunakan metode kualitatif dan juga bisa menggunakan eksperimen dan menggunakan sebagai bahan masukan dengan topik yang sama dengan penelitian ini. Dan serta lebih banyak meneliti banyak variabel tentang penyakit hipertensi.