

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan data dan hasil analisis peneliti mengenai “Hubungan Pola Makan dan Kepatuhan Minum Obat dengan Terkontrolnya Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin Tahun 2024”, dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut :

1. Berdasarkan data yang diperoleh pola makan penderita hipertensi di Puskesmas Basirih Baru dikategorikan baik dengan persentase (61,6%) atau sebanyak 53 orang
2. Kepatuhan minum obat di Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin di kategori patuh yaitu sebanyak 61 orang (70,9%).
3. Dari hasil data didapatkan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Basirih Baru dikategorikan terkontrol yaitu sebanyak 59 responden (68,6%).
4. Dari hasil analisa data yang telah dilakukan bahwa tidak ada hubungan antara pola makan dengan terkontrolnya tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin tahun 2024 dengan nilai  $p=0,769$  dimana  $p>0,05$
5. Ada hubungan antara kepatuhan minum obat dengan terkontrolnya tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin dengan  $p=0,000$  dimana  $p<0,05$  dengan tingkat korelasi koefisien 0,373

## **B. Saran**

### **1. Bagi Puskesmas**

Dari hasil penelitian tentang hubungan antara pola makan dan kepatuhan minum obat dengan terkontrolnya tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Basirih Baru ini, dan sebagai bahan masukan bagi petugas Puskesmas dalam memberikan penanganan dan penyuluhan kepada penderita hipertensi sehingga penyakit hipertensi dapat terkontrol

### **2. Bagi Institusi STIKES Suaka Insan**

Dapat dijadikan sebagai referensi untuk meningkatkan pembelajaran dan pengetahuan mahasiswa/mahasiswi terkait dengan hubungan antara pola makan dan kepatuhan minum obat dengan terkontrolnya tekanan darah pada penderita hipertensi. Harapannya mahasiswa/mahasiswi bisa memberikan penkes langsung ke wilayah Puskesmas Basirih Baru

### **3. Bagi pasien**

Diharapkan penderita hipertensi rutin untuk kontrol tekanan darah dan dapat mengontrol tekanan darah mereka dengan menjaga gaya hidup terutama pada pola makan dan rutin untuk minum obat

### **4. Bagi peneliti selanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya bisa meneliti mengenai faktor risiko yang lain yang dapat mempengaruhi terkontrolnya tekanan darah pada penderita hipertensi, misalnya seperti pekerjaan, kebiasaan merokok, obesitas dan lainnya.