

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1. Kesimpulan**

- 5.1.1. Subjek penelitian sebagian besar ( 83,3%) berjenis kelamin perempuan, 36,7% berusia antara 56–65 tahun, 43,3% berpendidikan menengah, sebagian besar 53,3% bekerja sebagai ibu rumah tangga
- 5.1.2. Rata-rata asupan Natrium sebelum edukasi gizi sebanyak 2933,7 mg/hr dan sesudah edukasi gizi sebanyak 1204,7 mg/hr
- 5.1.3. Rata-rata asupan Kalium sebelum edukasi gizi sebanyak 1803,6 mg/hr dan sesudah edukasi gizi sebanyak 4013,4 mg/hr
- 5.1.4. Katagori asupan Natrium sebelum edukasi gizi kurang baik 86,7 dan sesudah edukasi gizi baik 93,3%
- 5.1.5. Katagori asupan Kalium sebelum edukasi gizi kurang baik 96,7% dan sesudah edukasi gizi kurang baik 53,3%
- 5.1.6. Nilai edukasi sebelum edukasi gizi masih banyak yang kurang 96,7% sedangkan sesudah edukasi gizi ada peningkatan baik 70%
- 5.1.7. Ada perbedaan yang signifikan antara asupan Natrium sebelum dan sesudah edukasi gizi.
- 5.1.8. Ada perbedaan yang signifikan antara asupan Kalium sebelum dan sesudah edukasi gizi.

#### **5.2. Saran**

- 5.2.1. Bagi Peneliti  
Kemampuan diri harus selalu ditingkatkan dalam memberikan edukasi dengan mengikuti seminar agar lebih banyak ilmu yang dapat diberikan kepada masyarakat dan menjadi sehat.
- 5.2.2. Bagi Institusi  
Perlu standar prosedur operasional tentang rujukan gizi bagi pasien dengan hipertensi, hal ini diharapkan pasien-pasien dengan Hipertensi langsung dirujuk ke Gizi untuk diberikan edukasi sehingga dapat menurunkan penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wonokerto II.