

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 KESIMPULAN**

- 1) Tingkat kecukupan kalium sesudah diberikan penyuluhan tentang hipertensi meningkat dari 33,09% menjadi 42,05%
- 2) Tingkat kecukupan natrium sesudah diberikan penyuluhan tentang hipertensi menurun dari 12,02% menjadi 11,09%
- 3) Tingkat kecukupan cairan sesudah diberikan penyuluhan tentang hipertensi meningkat dari 34,32% menjadi 45,07%
- 4) Rata-rata tekanan darah sistolik sebelum diberikan penyuluhan 165 mmHg menurun menjadi 142 mmHg
- 5) Rata-rata tekanan darah sistolik sebelum diberikan penyuluhan 91 mmHg menurun menjadi 87 mmHg
- 6) Tidak ada pengaruh penyuluhan tentang hipertensi terhadap tingkat kecukupan kalium.
- 7) Tidak ada pengaruh penyuluhan tentang hipertensi terhadap tingkat kecukupan natrium.
- 8) Ada pengaruh penyuluhan tentang hipertensi terhadap tingkat kecukupan cairan.
- 9) Ada pengaruh penyuluhan tentang hipertensi terhadap tekanan darah sistolik.
- 10) Tidak ada pengaruh penyuluhan tentang hipertensi terhadap tekanan darah sistolik.

#### **5.2 SARAN**

- 1) Kegiatan penyuluhan kelompok belum memberikan pengaruh pada tingkat kecukupan kalium, natrium, dan cairan sehingga perlu ditambah dengan konseling gizi pada individu.
- 2) Mengubah metode penyuluhan menjadi lebih menarik dan mudah diterima oleh responden yang sebagian besar dalam rentang usia 45-60 tahun.

- 3) Penelitian ini masih membutuhkan penelitian yang lebih lanjut dan lebih mendalam
- 4) Perlu adanya perbaikan program prolanis agar kegiatan ini bisa lebih bermanfaat bagi peserta.

