

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di Puskesmas Pauh Kota Padang maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan pada penderita hipertensi di Puskesmas Pauh Kota Padang diperoleh sebagian besar memiliki pengetahuan kategori kurang dan tingkat dukungan keluarga sebagian besar memiliki dukungan keluarga kategori rendah dengan karakteristik sebagian besar usia madya 46-60 tahun, jenis kelamin perempuan, bekerja sebagai ibu rumah tangga yang telah lama menderita hipertensi selama 1-3 tahun dan tinggal bersama pasangan.
2. Terdapat hubungan antara pengetahuan dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di Puskesmas Pauh Kota Padang dengan nilai $p\text{ value} = 0,000$ ($p < 0,05$).

B. Saran

1. Bagi Puskesmas Pauh Kota Padang

Disarankan bagi puskesmas untuk memperbaiki konten edukasi yang ada selama ini agar lebih berfokus pada kepatuhan diet hipertensi dan melibatkan tim gizi untuk edukasi terkait diet di program prolanis setiap minggu upaya peningkatan pengetahuan pasien serta keterlibatan keluarga

dalam pengelolaan hipertensi. Pemahaman yang baik mengenai diet hipertensi, pentingnya diet rendah garam, pembatasan makanan berlemak, serta anjuran konsumsi buah dan sayur diharapkan dapat membantu pasien dalam menjalankan diet hipertensi secara mandiri dan konsisten.

2. Bagi Perawat

Mengingat pengetahuan dan dukungan keluarga berperan dalam membentuk kepatuhan diet pada penderita hipertensi, tenaga kesehatan diharapkan dapat mengoptimalkan perannya dalam menyampaikan informasi kesehatan secara jelas, sederhana, dan mudah dipahami oleh pasien maupun keluarga. Perbedaan tingkat pengetahuan dan latar belakang pendidikan pasien perlu menjadi perhatian agar informasi yang diberikan dapat diterima dan diterapkan secara tepat dalam kehidupan sehari-hari.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Sejalan dengan temuan penelitian ini, institusi pendidikan kesehatan disarankan untuk memperkuat pembelajaran mengenai pengetahuan kesehatan dan peran dukungan keluarga dalam meningkatkan kepatuhan diet pada penderita hipertensi. Penguatan pemahaman ini penting agar calon tenaga kesehatan memiliki kemampuan dalam memberikan edukasi yang efektif serta mampu melibatkan keluarga dalam proses pengelolaan penyakit kronis.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan mengkaji faktor-faktor lain yang berpotensi memengaruhi

kepatuhan diet pada penderita hipertensi, seperti motivasi individu, lama menderita penyakit, tingkat stres, dukungan sosial, serta kondisi sosial ekonomi. Selain itu, penelitian selanjutnya juga dapat mengeksplorasi intervensi edukasi yang melibatkan keluarga secara langsung dalam meningkatkan kepatuhan diet.