

## BAB 5

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Pengetahuan keluarga tentang diet hipertensi di posyandu lansia Jambesari yaitu sebagian besar berpengetahuan kurang yaitu berjumlah 21 responden (63,6%%) dan hampir setengahnya pengetahuan cukup dengan jumlah 12 responden (36,4%).

#### 5.2 Saran

1. Saran bagi Posyandu Lansia

Hasil pengetahuan keluarga lansia tentang diet hipertensi tidak ada yang berpengetahuan baik. Diharapkan di posyandu tetap memberikan pendidikan kesehatan setiap bulan pada keluarga maupun lansia yang mengalami hipertensi tersebut.

2. Saran bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dengan tema serupa dapat mengembangkan tema penelitian ke variabel lain yang belum diteliti misalnya mencari hubungan faktor yang mempengaruhi pengetahuan diet hipertensi.

3. Saran bagi Institusi

Diharapkan institusi memerankan perannya dalam pengembangan penelitian di masyarakat khususnya ilmu kesehatan masyarakat maupun gerontik tentang diet hipertensi.

#### 4. Saran bagi keluarga

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran keluarga lansia hipertensi untuk meningkatkan pola hidup sehat bagi lansia hipertensi.



## DAFTAR PUSTAKA

- Anderson. 2014. *Cara Mudah Memahami dan Menghindari Hipertensi Jantung dan. Stroke*. Yogyakarta : Dianloka.
- Almatsier. 2010. *Pengendalian Tekanan Darah Melalui Diet Hipertensi*. <http://budiartiwulan.blogspot.co.id/2013/12/diet-hipertensi.html>.
- Almatsier. 2009. *Cara Mudah Memahami dan Menghindari Hipertensi Jantung dan. Stroke*. Yogyakarta: Dianloka.
- Austriani. 2008. *Risiko Perilaku Perawatan Diri Pasien Hipertensi Terhadap Kejadian Penyakit Jantung Koroner Pada Pasien Hipertensi*. Surabaya: Airlangga University Library.
- Depkes RI. 2017. *Pedoman Teknis Penemuan dan Tatalaksana Penyakit Hipertensi*. Jakarta: Direktorat Pengendalian Penyakit Tidak Menular.
- Depkes RI. (2008). *Pedoman Pembinaan Kader Kelompok Usia Lanjut Bagi Petugas Kesehatan*. Dapat di akses di available [http://www.depkes.go.id/download/kesw\\_lansia](http://www.depkes.go.id/download/kesw_lansia). Tanggal akses 11 Oktober 2017.
- Friedman. (1998). *Keperawatan Keluarga Teori dan Praktik*. Jakarta: EGC.
- Geleise. 2010. *Pengendalian Tekanan Darah Melalui Diet Hipertensi*. <http://budiartiwulan.blogspot.co.id/2013/12/diet-hipertensi.html>.
- Hidayat. 2012. *Riset Keperawatan dan Tehknik Penulisan Ilmiah Edisi 2*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kusumawardana, dkk. 2017. *Hubungan Dukungan Keluarga Dalam Diit Hipertensi Dengan Frekuensi Kekambuhan Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Posyandu Desa Blimbing Sukoharjo*. Skripsi: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Kemenkes RI. 2013. *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur*. Surabaya: Dinkes Jatim.
- Logam, AG. 2011. *Mengenal Hipertensi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoatmodjo. 2014. *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. 2013. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.

- Nursalam. 2009. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Ribeiro. 2011. *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: Rineka Cipta
- Ramayulis. 2009. *Hipertensi*. Jakarta: Bhuana Almu Popular
- Sugiyono. 2011. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Setiadi. (2008). *Konsep Dan Proses Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Utami, Prapti 2009, *Solusi Sehat Mengatasi Hipertensi*, Agromedia Pustaka, Jakarta.
- Widayatun. 2013. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta : Info Medika
- Setiadi. 2009.
- WHO. 2010. *Jurnal Hipertensi*. France: A guide for programme managers.
- Wijaya. 2010. *Hipertensi Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta: Gramedia.

