

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan kategori pola makan dimana sebagian besar (21 responden / 64%) memiliki kategori kurang, sebagian kecil (5 responden / 15%) memiliki kategori cukup, sebagian kecil (4 responden / 12%) memiliki kategori baik, sebagian kecil (3 responden / 9 %) memiliki kategori sangat baik.

5.2. Saran

5.2.1 Bagi Peneliti

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai pengalaman bagi peneliti untuk acuan penelitian kedepannya

5.2.2 Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan penelitian ini sebagai sumber informasi bagi profesi keperawatan khususnya mengenai pola makan pada penderita hipertensi.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya yang ingin meneliti dengan tema yang sama menggunakan hasil penelitian ini sebagai sumber referensi. Juga diharapkan agar meneliti variable yang lain berkaitan dengan pola makan penderita hipertensi

5.2.4 Bagi Responden

Diharapkan hasil penelitian dijadikan sumber informasi bagi responden. Juga diharapkan responden yang memiliki kategori pola makan sangat baik dan baik , agar tetap mempertahankan pola makan yang baik tersebut. Namun untuk responden yang memiliki pola makan dengan kategori cukup dan kurang, untuk mencari sumber-sumber informasi yang berkaitan dengan pola makan yang baik seperti diet rendah garam, rendah lemak dan selalu rutin cek tekanan darah ke pelayanan kesehatan setempat, guna meningkatkan pola makan yang baik dan sesuai bagi penderita hipertensi.



DAFTAR PUSTAKA

- A. Nurarif, H. K. (2015). Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan Nanda Nic-NOC. (3, Ed.). Jogjakarta: Mediacion publishing.
- Ahmad, N. R. (2011). Cara mudah mencegah, mengobati asam urat dan hipertensi. Yogyakarta : Minamika Media.
- Ajeng Purnama Heni. (2015). Penyusunan LKS Menu Gizi Seimbang Materi Zat Makanan dan Menu Sehat dengan Pendekatan Keterampilan Proses Sains bagi Siswa Kelas XI. Skripsi. FMIPA UNY
- Ardiansyah, M. 2012. Medikal Bedah. Yogyakarta: DIVA Press
- Budi. (2011). Pola makan sehat. Di kutip dari <http://journal.unusa.ca.id/index.php/jhs/article/download/23/24>. Diakses pada tanggal 16 agustus 2017.
- Gunawan & Leny. (2013). Hipertensi. Yogyakarta: Penerbit Kanisius.
- Hidayat, A.A. (2015). Metode penelitian keperawatan dan teknik analisa data. Jakarta : salemba mesika
- Notoatmodjo, Soekidjo. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta. Rineka Cipta. 2016. h. 37-38
- Nursalam, 2015. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktik Edisi 4. Jakarta: Salemba Medika
- Oetoro, d. S. (2018). 1000 Jurus Makan Pintar dan Hidup Bugar. Jakarta: [http://www. google.com/m.republika.co.id](http://www.google.com/m.republika.co.id).
- Padila. 2013. Asuhan Keperawatan Penyakit Dalam. Yogyakarta: Nuha Medika
- Pancasari, R., Ratnaningsih, E., & Suprayanto. (2014). Gambaran Pola Makan Lansia yang Menderita Hipertensi di Desa Bendet Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang. Jombang: Program Studi D3 Keperawatan, STIKES Pemkab Jombang
- Pudiasuti, R.D. (2011). Penyakit pemicu stroke. Yogyakarta : Nuha Media.

- Riskesdas. (2013). Badan penelitian dan pengembangan kesehatan kementerian kesehatan RI.
- Smeltzer and Bare. (2013). Keperawatan Medikal Bedah. Edisi 8 vol.1. Alih Bahasa : Agung waluyo. Jakarta. EGC
- Sugiyono. (2015).Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung :Alfabeta
- Sulistyoningsih, (2011). Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak.Jogjakarta: Graha Ilmu.
- Sumiati, Nita (2018). Ketidapatuhan Pola Makan Pada Pasien Hipertensi Di Kota Malang. Studi Kasus. Malang : Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammdiyah Malang.
- Sutanto. (2012). Cegah dan tangkal penyakit modern. Yogyakarta : Andi.
- Tarawan, et al. (2020). Hubungan antara Pola Konsumsi dan Tingkat Pengetahuan Mengenai Gizi Seimbang pada Warga Desa Cimeyan. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, Vol. 4, No. 2, April 2020. 57-59.
- Triyanto, E. (2014). Pelayanan keperawatan bagi penderita hipertensi. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Widjadja, R. (2011). Penyakit kronis. Tindakan pencegahan, pengobatan secara medis maupun tradisonal.Jakarta : Bee Media Indonesia