

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden di Puskesmas Pakis pada penelitian ini menunjukkan usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, status gizi, riwayat konsumsi obat hipertensi, dan konsumsi kafein yang berkaitan dengan tekanan darah pasien yang relatif tinggi
2. Mayoritas responden di Puskesmas Pakis pada penelitian ini dilihat dari recall 24 jam pola konsumsinya cenderung defisit asupan makanan sumber zat besi. Pola konsumsi pasien setiap harinya hanya memperoleh asupan zat besi dari kacang-kacangan dan sayuran.
3. Tekanan darah responden di Puskesmas Pakis Kabupaten Malang cenderung dalam kategori hipertensi tingkat I dan diduga ada faktor lain yang menyebabkan tekanan darah pasien diatas batas normal.
4. Berdasarkan koefisien korelasi Spearman Rank nilai signifikansi p-value ($0,112 > \alpha (0,05)$), maka tidak ada hubungan yang signifikan antara asupan makanan sumber fe terhadap tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Pakis Kabupaten Malang.

B. Saran

1. Dinas Kesehatan perlu lebih aktif dalam melakukan kegiatan penyuluhan terkait kecukupan asupan makanan sumber fe kepada usia lanjut terkait pola hidup untuk mencegah kenaikan prevalensi penyakit hipertensi
2. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan metode SQ-FFQ yang dinilai lebih akurat untuk mengetahui gambaran asupan gizi individu dan variasi makanan dalam kurun waktu tertentu pada penderita hipertensi