

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Peran Keluarga terhadap Perilaku Diet Hipertensi pada Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pengasih I Kabupaten Kulon Progo Yogyakarta, dapat ditarik kesimpulan adalah sebagai berikut:

1. Dalam penelitian ini keluarga berperan cukup dalam mendukung perilaku diet hipertensi pada lansia.
2. Hasil dari penelitian ini bahwa lansia mempunyai mayoritas perilaku diet hipertensi yang baik.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara peran keluarga terhadap perilaku diet hipertensi pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pengasih I dengan arah hubungan yang positif yaitu semakin baik peran keluarga maka akan semakin baik perilaku diet hipertensi pada lansia dengan hipertensi. Keeratan hubungan antara peran keluarga terhadap perilaku diet hipertensi pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pengasih I, termasuk dalam kategori sedang.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

### **1. Bagi Profesi Keperawatan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa peran keluarga memiliki hubungan terhadap perilaku diet hipertensi pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pengasih I. Oleh karena itu perawat harus lebih memotivasi keluarga untuk lebih memberikan perhatian kepada lansia yang mengalami hipertensi. Hal ini dapat dilakukan dengan memberikan penyuluhan dan pendidikan kesehatan terkait penyakit hipertensi terutama dalam hal pengaturan pola makan.

### **2. Bagi Puskesmas Pengasih I**

Bagi Puskesmas Pengasih I diharapkan dengan adanya hasil dari penelitian ini Puskesmas I Pengasih lebih meningkatkan pelayanan seperti pendidikan kesehatan dan konseling terutama tentang penyakit hipertensi dan cara pengendaliannya termasuk didalamnya tentang pola makan penderita hipertensi.

### **3. Bagi Keluarga**

Berdasarkan hasil penelitian ini diharapkan keluarga lebih meningkatkan perhatian dan dukungan kepada lansia yang mengalami hipertensi. Selain itu keluarga lebih meningkatkan perannya dalam membantu lansia melakukan pengaturan diet hipertensi. Untuk lansia

sebaiknya lebih memperhatikan dan peduli dengan keluarga yang sudah memberikan dukungan kepada lansia.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini lebih lanjut tentang peran keluarga terhadap perilaku diet hipertensi pada lansia dengan hipertensi dengan lebih mendalam. Peneliti lainnya juga dapat menggunakan penelitian ini sebagai acuan untuk menyusun program intervensi untuk meningkatkan peran keluarga terhadap perilaku diet hipertensi lansia.