

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Menurut hasil penelitian mengenai hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam pasien hipertensi di Pustu Sungai Samak Kabupaten Belitung, maka kesimpulannya sebagai berikut:

1. Gambaran dukungan keluarga pada pasien hipertensi diperoleh sebagian besar responden (66.7%) dukungan keluarga kurang baik.
2. Gambaran kepatuhan diet rendah garam pasien hipertensi diperoleh sebagian besar responden (59.1%) tidak patuh.
3. Ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam pasien hipertensi di Pustu Sungai Samak Kabupaten Belitung dengan nilai p-value (0.008).

#### **5.2 Saran**

1. Bagi Pustu Sungai Samak Kabupaten Belitung

Disarankan agar lebih meningkatkan program edukasi keluarga secara rutin atau penyuluhan kepada anggota keluarga baik dalam bentuk penyuluhan secara langsung atau melalui media edukasi yang menarik seperti video, leaflet atau simulasi interaktif tentang hipertensi dan pengelolaan makanan rendah garam.

## 2. Bagi Pasien dan Keluarga Pasien

Disarankan bagi pasien hipertensi dapat meningkatkan kesadaran diri dan komitmen dalam menjalankan diet rendah garam sebagai bagian penting dari pengendalian tekanan darah. Sedangkan bagi keluarga pasien, disarankan agar keluarga lebih aktif terlibat dalam proses perawatan pasien hipertensi, tidak hanya memberikan dukungan moral tetapi juga dukungan praktis seperti membantu menyiapkan makanan rendah garam, mengingatkan jadwal diet atau pengobatan, serta memberi semangat secara terus-menerus.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan agar penelitian lainnya menambahkan keterbaruan dalam penelitian dengan mengubah metode penelitian menjadi metode pre eksperimen yaitu dengan melakukan intervensi berupa penyuluhan kesehatan kepada keluarga pasien hipertensi, dengan fokus pada peningkatan dukungan keluarga dalam pelaksanaan diet rendah garam sehingga penelitian selanjutnya dapat mengevaluasi perubahan tingkat dukungan keluarga dan dapat memberikan kontribusi yang lebih signifikan terhadap upaya peningkatan dukungan keluarga pada penderita hipertensi, khususnya dalam menunjang keberhasilan diet rendah garam.