

BAB VI

PENUTUP

6.1 KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dengan melakukan studi literature dari beberapa jurnal dan menganalisisnya dapat diketahui bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet pada penderita hipertensi terdiri dari faktor individu (yaitu: pengetahuan, motivasi, pendidikan, usia, dan faktor gaya hidup), faktor dukungan keluarga, faktor peran petugas kesehatan. Dengan melakukan pola diet yang sehat dan rutin seperti membatasi asupan garam, makanan tinggi lemak jenuh, tidak mengonsumsi minuman beralkohol dan berkafein dapat menurunkan tekanan darah di atas normal. Dari 4 jurnal dapat disimpulkan bahwa faktor yang paling banyak mempengaruhi kepatuhan diet hipertensi yaitu faktor dukungan keluarga.

6.2 Saran

6.2.1 Universitas Bhakti Kencana

Hasil *literature review* ini dapat dijadikan tambahan atau sumber informasi serta dasar pengetahuan bagi para mahasiswa untuk sumber pustaka penelitian mengenai perkembangan ilmu kesehatan dan keperawatan medikal bedah dalam faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet hipertensi.

6.2.2 Bagi Perawat

Perawat diharapkan dapat memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet hipertensi dan memberikan pelayanan asuhan keperawatan yang memadai pada penderita hipertensi seperti

memberikan edukasi terhadap keluarga tentang pentingnya memberi dukungan emosional serta memberikan informasi pada penderita hipertensi dan memberikan penyuluhan secara jelas dengan menggunakan media lembar balik ataupun media lain tentang pentingnya patuh terhadap diet hipertensi guna mengurangi tekanan darah diatas normal.

6.2.3 Peneliti selanjutnya

Hasil *literatur review* ini dapat menjadi data awal untuk peneliti selanjutnya yang berhubungan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi diet hipertensi.