

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Gambaran Pola Makan Lansia Yang Menderita Hipertensi Di Puskesmas Air Putih Samarinda didapatkan kesimpulan bahwa:

1. Karakteristik responden berdasarkan usia prevalensi terbanyak adalah 60-74 Tahun sebanyak 27 responden (54%), berdasarkan pendidikan terakhir prevalensi terbanyak adalah 22 responden (44%), berdasarkan pekerjaan terbanyak adalah 27 responden (54%), berdasarkan jenis kelamin terbanyak adalah laki\_laki 26 reponden (52%),
2. Gambaran pola makan lansia sebanyak adalah 2 responden diet Sesuai (4%), diet Tidak sesuai sebanyak 48 responden (96%).

#### **B. SARAN**

Setelah menyajikan kesimpulan diatas, maka saran yang dapat diberikan adalah:

1. Manfaat bagi Responden  
Karya tulis ilmiah ini di harapkan dapat membantu responden atau masyarakat dalam mengenali penyakit seperti hipertensi dan cara mengatur pola makan dengan baik sehingga terjadinya kehidupan yang sehat dengan cara diet pola makan
2. Manfaat bagi Tenaga Pelayanan Kesehatan  
Perlunya penyuluhan kesehatan tentang diet Pola Makan. Serta memberikan dukungan dalam menjaga Pola Makan.
3. Manfaat bagi Instansi Pendidikan  
Karya tulis ilmiah ini di harapkan sebagai tolak ukur bagi institusi universitas muhammadiyah Kalimantan timur dalam mengevaluasi

sejauh manakah upaya kemampuan mahasiswa dalam melakukan riset keperawatan tentang hipertensi pada lansia dan pola makan yang teratur.