

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Subjek penelitian ini sebagian besar berusia 45 - 64 tahun (63,5%), berjenis kelamin laki – laki (60,8%), memiliki latar belakang pendidikan SD (48,6%), tidak bekerja (58,1%), telah didiagnosis penyakit jantung koroner selama 1 – 5 tahun (41,9%), tidak memiliki riwayat merokok dalam 5 tahun terakhir (68,9%), dan tidak memiliki penyakit penyerta (56,8%).
2. Sebanyak 54,1% subjek mengonsumsi buah dan sayuran dibawah rata-rata. Adapun buah dan sayuran yang sering dikonsumsi subjek dalam satu bulan terakhir adalah pisang dan wortel.
3. Sebanyak 45,9% subjek patuh terhadap diet yang dianjurkan oleh tenaga medis.
4. *Grade* tekanan darah subjek pada penelitian ini berurut – urut adalah normal (47,3%), hipertensi *grade* 1 (25,7%), dan hipertensi *grade* 2 (27%).
5. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pola konsumsi buah dan sayur terhadap *grade* tekanan darah pasien jantung koroner rawat jalan RSUD Banyumas.
6. Terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat kepatuhan diet dengan *grade* tekanan darah pasien jantung koroner rawat jalan RSUD Banyumas.

B. Saran

1. Untuk Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya sebaiknya perlu mempertimbangkan metode *Semi Quantitatif Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ) untuk mengetahui besaran buah dan sayur yang dikonsumsi subjek. Peneliti selanjutnya juga dapat meneliti terkait pengaruh usia terhadap kepatuhan diet pasien jantung koroner. Selain itu, penelitian selanjutnya juga dapat meneliti variabel lain seperti lingkaran perut,

aktivitas fisik, asupan lemak, dan pengaruh frekuensi penggunaan minyak jelantah dengan kadar kolesterol dan tekanan darah.

2. Untuk Jurusan Ilmu Gizi Universitas Jenderal Soedirman

Memberikan perkembangan dan menyebarkan informasi terkait pengaruh konsumsi buah dan sayur serta kepatuhan diet terhadap *grade* tekanan darah pasien jantung koroner.

3. Untuk Pasien Jantung Koroner RSUD Banyumas

Pasien jantung koroner sebaiknya lebih mematuhi anjuran diet yang diberikan oleh tenaga medis untuk mempertahankan kualitas hidup.

