

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Hasil asupan natrium dari enam jurnal yang diteliti mengatakan, bahwa ada hubungan asupan natrium dengan tekanan darah pada penderita hipertensi ($p= 0,003$, $p= 0,003$, $p= 0,000$, $p= 0,004$, $p= 0,000$, $p= 0,000$).
2. Hasil asupan kalium dari tiga jurnal yang diteliti mengalami perbedaan, satu jurnal tidak signifikan ($p= 1,000$) yaitu tidak ada hubungan asupan kalium dengan tekanan darah pada penderita hipertensi dan dua jurnal lainnya yaitu signifikan ($p= 0,003$ dan $p= 0,000$). Karena sebagian besar penelitian mengatakan signifikan, dengan demikian disimpulkan bahwa ada hubungan asupan kalium dengan tekanan darah pada penderita hipertensi.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian kepustakaan bersumber dari enam jurnal berbeda, terdapat beberapa saran, yaitu:

1. Pada penelitian berikutnya perlu dilengkapi dengan mencantumkan kategori angka asupan natrium maupun kalium untuk asupan kurang, baik/normal, dan lebih maupun kategori hipertensi.
2. Pada penelitian berikutnya dapat mempertimbangkan faktor lain yang berpengaruh dengan naiknya tekanan darah, seperti asupan lemak, faktor stress, fisik, merokok, dan faktor komplikasi penyakit.