

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Hasil Skrining gizi pasien adalah 2 dan pasien diagnosis khusus yaitu Hipertensi
2. Hasil pengukuran antropometri pasien diperoleh IMT = 25,1 yaitu status gizi *overweight*, riwayat fisik/klinis pasien yaitu dengan keluhan, sakit kepala, sesak nafas/nafas dangkal, tekanan darah 170/110 mmHg dan riwayat gizi pasien mempunyai kebiasaan yang kurang baik suka mengkonsumsi makanan tinggi natrium dan mengkonsumsi kopi instan.
3. Diagnosis Gizi yang ditetapkan berdasarkan permasalahan gizi pada pasien yaitu penurunan kebutuhan natrium (NI.5.3), pemilihan makanan yang salah (NB.1.7).
4. Intervensi gizi yang diberikan kepada pasien adalah diet DASH 1500 kkal bentuk makanan yang diberikan kepada pasien yaitu nasi biasa melalui oral. Frekuensi pemberian makan pasien yaitu sebanyak 3 kali makan utama dengan 2 kali selingan.
5. Monitoring dan Evaluasi selama 3 hari fisik/klinis pasien sudah mambaik, tekanan darah pasien menalami penurunan dan asupan gizi pasien selama 3 hari mengalami peningkatan dengan rata –rata asupan energi yaitu energi 1177,8 kkal (78%), protein 42 gr (75%), lemak 32 gr (78%), karbohidrat 176 gr 78%, serat 8,8 gr (37%), natrium 1682 mg (73%), kolestrol 74 mg (37%), kalsium 639 mg (64%), kalium 1503 mg (31%) dan magnesium 274 mg (80%). Namun untuk antropometri tidak dilakukan pengukuran hari terakhir intervensi sehingga tidak diketahui perubahannya.

B. Saran

1. Pasien disarankan untuk mengkonsumsi gizi seimbang sesuai dengan porsi piringku dan membatasi asupan garam dapur tidak lebih dari 6 gram atau 1 sendok teh dalam 1 hari.
2. Pasien disarankan untuk mengkonsumsi makanan sesuai anjuran diet hipertensi dengan mengkonsumsi makanan yang dianjurkan dan tidak dianjurkan untuk penyakit hipertensi.
3. Untuk pihak instalasi gizi dalam memberikan diet hendaknya lebih berkoordinasi dengan tenaga pemasak agar memberikan diet yang tepat kepada pasien.
4. Untuk pihak instalasi gizi sebaiknya memberikan makan sesuai dengan diet yang diberikan untuk pasien Hipertensi.