

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil kesimpulan yang didapatkan pada penelitian ini adalah:

1. Sebagian besar karakteristik responden dalam penelitian ini berusia lanjut usia dengan jumlah 65 orang (45,1%), dengan jenis kelamin perempuan lebih banyak dengan jumlah 99 orang (68,8%), dan sebagian besar responden dengan pekerjaan petani dengan jumlah 67 orang (46,5%).
2. Sebagian besar responden yang mengalami hipertensi sebanyak 134 orang (93,1%).
3. Mayoritas responden yang memiliki pola makan yang tidak baik dengan jumlah 63 orang (43,8%).
4. Terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kejadian hipertensi di puskesmas Pujokerto Kabupaten Lampung Tengah tahun 2024 dengan nilai *P-Value* $0,043 < 0,05$ dengan nilai *OR* = 7.750 yang artinya dapat di simpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak.

B. Saran

1. Bagi Responden

Bagi responden di harapkan penelitian ini dapat di jadikan sebagai sumber informasi mengenai faktor faktor yang dapat menyebabkan terjadinya hipertensi, seperti menjaga pola makan dengan memporsi jumlah konsumsi garam dan lemak.

2. Bagi tenaga kesehatan (puskesmas)

Di harapkan penelitian ini dapat meningkatkan peran aktif dalam memberikan konseling kepada pasien yang mengalami hipertensi untuk menjaga pola makan supaya terjaga.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat di jadikan referensi sebagai bahan pembuatan penelitian selanjutnya, peneliti dapat mencari faktor lainnya selain pola makan yang menyebabkan hipertensi seperti konsumsi kafein, kurang aktivitas fisik, kebiasaan merokok, dan stress. Peneliti juga dapat menambahkan sampel serta metode yang berbeda sehingga dapat mendapatkan hasil yang lebih signifikan.