

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan serta hasil di bab sebelumnya tentang hubungan perilaku merokok dan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Kelurahan Limo, Depok, dapat disimpulkan beberapa hal berikut:

1. Karakteristik remaja di wilayah kerja Puskesmas Kelurahan Limo Depok mayoritas remaja berjenis kelamin laki-laki dan rata-rata usia remaja 17 tahun
2. Perilaku merokok pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Kelurahan Limo Kota Depok termasuk pada kategori sedang.
3. Aktivitas fisik pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Kelurahan Limo Kota Depok berada pada kategori aktivitas fisik kurang.
4. Hasil distribusi kejadian hipertensi pada remaja didapatkan nilai median tekanan darah sistolik 130,00 dan tekanan darah diastolik 85,00 yang berarti tekanan darah remaja berada pada kategori pre hipertensi.
5. Ada hubungan antara perilaku merokok dengan kejadian hipertensi pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Kelurahan Limo, Depok
6. Ada hubungan antara aktifitas fisik dengan kejadian hipertensi pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Kelurahan Limo, Depok

V.2 Saran

Hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa hal yang perlu diberikan tambahan untuk penelitian yang terkait topic penelitian ini yaitu :

1. Bagi remaja

Disarankan remaja mampu menjaga kesehatan jantungnya dengan mengurangi konsumsi rokok, memperbanyak aktivitas fisik dalam kesehariannya dan mengunjungi fasilitas kesehatan terdekat secara berkala untuk cek kesehatan.

2. Bagi pelayanan kesehatan

Disarankan agar pelayanan kesehatan setempat dapat menjalankan program skrining kesehatan terkait PTM secara berkala dan dikhususkan untuk remaja. Dapat juga melakukan kerja sama dengan karang taruna untuk menyelenggarakan kegiatan-kegiatan yang meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan serta melakukan penyuluhan faktor resiko PTM terkait ini hipertensi di setiap karang taruna yang berada di wilayah kerjanya.

3. Bagi perawat komunitas

Disarankan bagi perawat komunitas agar melakukan kerja sama dengan karang taruna setempat untuk menyelenggarakan kegiatan-kegiatan yang meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan serta melakukan penyuluhan faktor resiko PTM terkait ini hipertensi sebagai upaya *preventif* di setiap karang taruna.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk dapat melakukan penelitian lebih dalam dan menggunakan metode penelitian yang lain sehingga didapatkannya hasil skrining tekanan darah secara berkala, didapatkan pula data perilaku merokok dan aktivitas fisik yang lebih jelas seperti metode *kohort* ataupun *case control*.