

## BAB V

### PENUTUP

#### V.1 Kesimpulan

- a. Karakteristik responden diketahui mayoritas berusia 15 tahun (76.5%), dengan mayoritas jenis kelamin perempuan (55.8%), mayoritas tidak memiliki riwayat hipertensi keluarga (70.0%), dan mayoritas memiliki berat badan lahir normal (89.4%). Responden dengan tekanan darah normal sebanyak 76.5% dan responden yang mengalami peningkatan tekanan darah 23.5%. Frekuensi konsumsi UPF responden diketahui sebanyak 111 responden (51.2%) memiliki frekuensi jarang, dan sebanyak 106 responden (48.4%) memiliki frekuensi sering. Perilaku sedentari responden dibagi menjadi 2 yaitu perilaku sedentari *weekdays* dan *weekend*. Perilaku sedentari *weekdays* diketahui sebanyak 109 responden (50.2%) memiliki perilaku sedentari rendah, dan 108 responden (49.8%) memiliki perilaku sedentari tinggi. Perilaku sedentari *weekend* diketahui sebanyak 109 responden (50.2%) memiliki perilaku sedentari rendah, dan 108 responden (49.8%) memiliki perilaku sedentari tinggi. Status gizi (IMT/U) responden diketahui 150 responden (69.1%) memiliki status gizi normal, 53 responden (24.4%) memiliki status gizi lebih, dan 14 responden (6.4%) memiliki status gizi kurang. Status gizi (LiLA) responden diketahui 109 responden (50.2%) memiliki status gizi lebih, 94 responden (43.3%) memiliki status gizi normal, 14 responden (6.4%) memiliki status gizi kurang.
- b. Terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan tekanan darah sistolik ( $p\text{-value} = 0.001$ ), tetapi tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan tekanan darah diastolik ( $p\text{-value} = 0.076$ ). Tidak terdapat hubungan antara riwayat hipertensi keluarga dengan tekanan darah sistolik ( $p\text{-value} = 0.657$ ) dan tekanan darah diastolik ( $p\text{-value} = 0.757$ ). Tidak terdapat hubungan antara berat badan lahir dengan tekanan darah sistolik ( $p\text{-value} = 0.257$ ) dan tekanan darah diastolik ( $p\text{-value} = 0.775$ ).

- c. Tidak terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi UPF dengan tekanan darah sistolik ( $p\text{-value} = 0.283$ ) dan tekanan darah diastolik ( $p\text{-value} = 0.058$ ).
- d. Tidak terdapat hubungan antara perilaku sedentari weekdays dengan tekanan darah sistolik ( $p\text{-value} = 0.657$ ) dan tekanan darah diastolik ( $p\text{-value} = 0.757$ ). Tidak terdapat hubungan antara perilaku sedentari *weekend* tekanan darah sistolik ( $p\text{-value} = 0.657$ ) dan tekanan darah diastolik ( $p\text{-value} = 0.757$ ).
- e. Terdapat hubungan yang signifikan antara IMT/U dengan tekanan darah sistolik ( $p\text{-value} = 0.000$ ) dan tekanan darah diastolik ( $p\text{-value} = 0.000$ ).
- f. Terdapat hubungan yang signifikan antara LiLA dengan tekanan darah sistolik ( $p\text{-value} = 0.000$ ) dan tekanan darah diastolik ( $p\text{-value} = 0.000$ ).
- g. Terdapat faktor yang paling berpengaruh dengan tekanan darah yaitu IMT/U dengan  $p\text{-value} = 0.000$  dan OR 2.201 (95% CI: 1.670-2.899) untuk tekanan darah sistolik dan  $p\text{-value} = 0.000$  dan OR 3.373 (95% CI: 1.761-6.461) untuk tekanan darah diastolik.

## V.2 Saran

### V.2.1 Bagi Responden

Peneliti berharap agar siswa/i peduli dengan status gizi mereka, menerapkan pola hidup dan makan yang sehat dengan mengonsumsi makanan yang sedikit diproses dan rutin melakukan aktivitas fisik.

### V.2.2 Bagi Sekolah

Peneliti berharap agar pihak sekolah dapat bekerja sama dengan komite sekolah dan puskesmas setempat untuk melakukan penyuluhan atau edukasi terkait faktor risiko kejadian hipertensi pada siswa/i terutama akibat status gizi lebih serta pentingnya pola makan dan aktivitas fisik untuk mencegah terjadinya hipertensi.

### **V.2.3 Bagi Ilmu Pengetahuan**

Peneliti berharap agar penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam bentuk jurnal. Selain itu, diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan menyertakan variabel-variabel lain yang berpotensi berhubungan dengan tekanan darah, khususnya pada kelompok remaja. Beberapa variabel yang memiliki potensi adalah lingkaran perut, asupan garam, asupan lemak, aktivitas fisik, dan faktor-faktor lainnya.