

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

- a. Karakteristik responden umur sebagian besar kelompok umur lansia (53,4%), responden jenis kelamin sebagian besar berjenis kelamin laki-laki, 58.9%, responden pekerjaan sebagian besar tidak bekerja yaitu sebanyak 50.7%, dan pendidikan sebagian besar responden berpendidikan rendah yaitu sebanyak 68.5%.
- b. Asupan natrium sebagian besar responden memiliki kategori asupan natrium berlebih dengan presentase 74%, kalium sebagian besar responden memiliki kategori asupan kalium cukup dengan presentase 76.7%, dan asupan lemak sebagian besar responden memiliki kategori asupan lemak cukup dengan presentase 58.9%.
- c. Kebiasaan merokok sebagian besar responden memiliki kategori kebiasaan merokok dengan presentase 76.7%.
- d. Ada hubungan yang bermakna antara asupan natrium dengan kejadian hipertensi pada Lansia di Puskesmas Cimanggis Kota Depok 2018.
- e. Tidak ada hubungan antara asupan lemak dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Kecamatan Cimanggis kota Depok 2018.
- f. Tidak ada hubungan antara asupan lemak dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Kecamatan Cimanggis 2018.
- g. Ada hubungan yang bermakna antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Cimanggis Kota Depok 2018.

V.2 Saran

- a. Bagi institusi pendidikan khususnya Gizi UPN "Veteran" Jakarta :
Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan institusi pendidikan khususnya program S1 Ilmu Gizi agar dapat bekerja sama dengan mahasiswa untuk mengendalikan faktor resiko hipertensi

dengan cara mengaktifkan mahasiswa untuk terjun langsung ke masyarakat untuk melakukan penyuluhan tentang hipertensi.

b. Bagi pusat Kesehatan khususnya Dinas Kesehatan Kota Depok

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan bagi pusat pelayanan kesehatan disekitar subjek penelitian untuk menyusun program promosi kesehatan untuk mengendalikan faktor resiko hipertensi dalam rangka menurunkan angka kejadian hipertensi. Program promosi kesehatan yang dapat dilakukan kepada subjek penelitian adalah menyebarkan poster dan leaflet yang mempromosikan gaya hidup sehat untuk mencegah hipertensi dengan tetap memperhatikan pola makan.

c. Bagi responden

Hasil penelitian diharapkan dapat meningkatkan kesadaran subjek penelitian akan resiko kejadian hipertensi di lingkungan tempat tinggalnya dan agar bisa lebih menjaga pola makannya dan rutin memeriksa tekanan darahnya.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan dasar bagi penelitian selanjutnya dan dapat memperbanyak jumlah sampel yang akan digunakan, sehingga akan mendapatkan hasil yang lebih akurat.