

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

- a. Karakteristik responden di Desa Cileungsi Kecamatan Cileungsi Kabupaten Bogor berdasarkan umur adalah rata-rata umur kelompok kasus yaitu 51 tahun dengan rentang umur 50-52 tahun, sedangkan pada kelompok kontrol adalah 50 tahun dengan rentang umur 49-51 tahun. Untuk jenis kelamin sebagian besar responden pada kelompok kasus maupun kontrol berjenis kelamin perempuan.
- b. Sebagian besar kelompok kasus memiliki IMT gemuk (68,8%), sedangkan pada kelompok kontrol paling banyak responden yang memiliki IMT normal (54,2%).
- c. Rasio lingkaran pinggang pinggul responden pada kelompok kasus dan kontrol terbanyak termasuk dalam kategori berisiko yaitu 91,7% dan 70,8%.
- d. Asupan lemak responden pada kelompok kasus terbanyak adalah asupan lemak lebih sebesar 60,4%, sedangkan pada kelompok kontrol sebaliknya yaitu 65,6% memiliki asupan lemak rendah.
- e. 83,3% Responden pada kelompok kasus memiliki asupan natrium lebih, sedangkan 38,5% responden pada kelompok kontrol memiliki asupan natrium rendah.
- f. Sebagian besar asupan serat kelompok kasus masuk dalam kategori rendah 79,2%, sedangkan pada kelompok kontrol 33,3% memiliki asupan serat baik.
- g. Ada hubungan antara indeks massa tubuh dengan kejadian hipertensi dengan nilai *p-value* =0,015. Seseorang dengan kegemukan memiliki risiko menderita hipertensi 2,6 kali lebih besar dibandingkan orang yang

indeks massa tubuhnya normal (OR=2,6). Terbukti bahwa indeks massa tubuh sebagai faktor risiko terjadinya hipertensi.

- h. Ada hubungan antara rasio lingk pinggang pinggul dengan kejadian hipertensi dengan nilai $p\text{-value} = 0,005$. Seseorang dengan RLPP berisiko memiliki risiko menderita hipertensi 4,5 kali lebih besar dibandingkan orang dengan RLPP tidak berisiko (OR=4,5). Terbukti bahwa rasio lingk pinggang pinggul sebagai faktor risiko terjadinya hipertensi.
- i. Ada hubungan antara asupan lemak dengan kejadian hipertensi dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$. Seseorang dengan asupan lemak lebih memiliki risiko menderita hipertensi 7 kali lebih besar dibandingkan orang yang asupan lemaknya baik (OR=7,09). Terbukti bahwa asupan lemak sebagai faktor risiko terjadinya hipertensi.
- j. Ada hubungan antara asupan natrium dengan kejadian hipertensi dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$. Seseorang dengan asupan natrium lebih memiliki risiko menderita hipertensi 10 kali lebih besar dibandingkan orang yang memiliki asupan natrium baik (OR=10). Terbukti bahwa asupan natrium sebagai faktor risiko terjadinya hipertensi.
- k. Ada hubungan antara asupan serat dengan kejadian hipertensi dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$. Seseorang dengan asupan serat rendah memiliki risiko menderita hipertensi 6,6 kali lebih besar dibandingkan orang yang memiliki asupan serat baik (OR=6,6). Terbukti bahwa asupan serat sebagai faktor risiko terjadinya hipertensi.
- l. Dari hasil analisis multivariat didapatkan bahwa asupan serat yang paling dominan sebagai faktor risiko kejadian hipertensi pada pralansia di Desa Cileungsi ($p\text{-value} = 0,000$; OR=7,4). Seseorang yang memiliki asupan serat rendah berpeluang menderita hipertensi 7,4 kali lebih tinggi dibandingkan dengan yang asupan seratnya baik setelah dikontrol asupan lemak dan natrium.

V.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, saran yang dapat disampaikan adalah sebagai berikut:

- a. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengkaji lebih dalam hubungan antara faktor risiko dengan penyakit dengan pendekatan *longitudinal* kedepan atau prospektif.
- b. Membina kerjasama lintas sektoral yang terdekat dengan masyarakat seperti kader kesehatan dan PKK dalam penyuluhan faktor risiko dan bahaya hipertensi. Kader kesehatan setempat disarankan untuk melakukan kegiatan penyuluhan rutin kepada pralansia di Desa Cileungsi Kecamatan Cileungsi Kabupaten Bogor tentang hipertensi dan bahan-bahan makanan yang berisiko menyebabkan hipertensi.
- c. Hasil penelitian menunjukkan asupan serat rendah berisiko mengakibatkan hipertensi, maka dari itu disarankan untuk masyarakat agar lebih meningkatkan jumlah asupan serat perhari untuk upaya pencegahan terjadinya hipertensi.

