

BAB V

PENUTUP

V.1 Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, didapatkan kesimpulan, yaitu :

- a. Sebagian besar umur responden adalah 55 – 59 tahun, 36 orang (72.0%) diantaranya berjenis kelamin perempuan dan 14 orang (28.0%) berjenis kelamin laki-laki, terdapat 25 orang (50.0%) yang memiliki riwayat hipertensi keluarga, sebagian besar responden tidak mengonsumsi obat antihipertensi 41 orang (82.0%), dan sebagian besar memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) tidak obesitas 34 orang (68.0%).
- b. Sebanyak 25 orang (50.0%) responden mengalami hipertensi dan 25 orang (50.0%) tidak hipertensi.
- c. Sebagian besar responden, yakni sebanyak 42 orang (84.0%) memiliki asupan serat kurang, sebanyak 37 orang (74.0%) memiliki asupan asam folat kurang, dan sebanyak 45 orang (90.0%) memiliki asupan kalsium kurang.
- d. Tidak ada hubungan antara asupan serat dengan kejadian hipertensi pada pra lansia dengan p-value = 0.247.
- e. Tidak ada hubungan antara asupan asam folat dengan kejadian hipertensi pada pra lansia dengan p-value = 0.520.
- f. Tidak ada hubungan antara asupan serat dengan kejadian hipertensi pada pra lansia dengan p-value = 0.349.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Responden

Diharapkan kepada responden untuk meningkatkan asupan makanan sumber serat, asam folat, dan kalsium dalam komposisi makanannya sehari-hari guna mencegah atau menanggulangi kejadian hipertensi.

V.2.2 Bagi RW 012 Kelurahan Pela Mampang

Memberikan penyuluhan dan pemahaman kepada masyarakat terkait faktor risiko hipertensi.

V.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat membuat penelitian serupa dengan desain studi yang berbeda seperti case control. Selain itu, diharapkan peneliti selanjutnya dapat menambahkan dan meninjau variabel-variabel lainnya yang dapat mempengaruhi hipertensi, seperti aktivitas fisik sehingga dapat diketahui hubungan variabel lainnya yang dapat mempengaruhi variabel dependen.