

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terkait hubungan gaya hidup yang meliputi aktifitas fisik, pola makan dan perilaku merokok dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja UPT Puskesmas Cibiru Kota Bandung Tahun 2019, didapatkan hasil kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebagian besar responden di wilayah kerja UPT Puskesmas Cibiru mengalami kejadian hipertensi (58,1%).
2. Sebagian besar responden di wilayah kerja UPT Puskesmas Cibiru kurang melakukan aktifitas fisik (52,7%).
3. Sebagian besar responden di wilayah kerja UPT Puskesmas Cibiru memiliki pola makan yang baik (66,2%).
4. Sebagian besar responden di wilayah kerja UPT Puskesmas Cibiru berperilaku merokok (71,4%).
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara aktifitas fisik dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja UPT Puskesmas Cibiru dengan p-value ($0,022 > \alpha (0,05)$).
6. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja UPT Puskesmas Cibiru dengan p-value ($0,326 > \alpha (0,05)$).

7. Terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku merokok dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja UPT Puskesmas Cibiru dengan p -value ($0,003$) $> \alpha$ ($0,05$).

5.2 Saran

5.2.1 Bagi prodi s1 kesehatan masyarakat

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi atau daftar bacaan dalam pengembangan materi perkuliahan bagi Ilmu Kesehatan Masyarakat khususnya di bidang promosi kesehatan dan menjalin kerjasama yang baik dengan UPT Puskesmas Cibiru Kota Bandung.

5.2.2 Bagi UPT Puskesmas cibiru

1. Hasil penelitian ini bisa dijadikan sebagai bahan pertimbangan dan evaluasi dalam upaya pengendalian kejadian hipertensi pada masyarakat di wilayah kerja UPT Puskesmas Cibiru.
2. UPT Puskesmas Cibiru berupaya melakukan kegiatan prolanis dan posbindu bagi masyarakat untuk deteksi dini dan pemantauan faktor risiko agar terhindar dari penyakit tidak menular (PTM).
3. Terus melakukan komunikasi, informasi dan edukasi kepada masyarakat di wilayah kerja UPT Puskesmas Cibiru dengan menggunakan media cetak maupun elektronik dan sebagainya.

5.2.3 Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini bisa dijadikan sebagai salah satu referensi dalam penelitian selanjutnya dengan mengembangkan penelitian menggunakan metode lain seperti *case control* atau eksperimen agar dapat melihat perbandingan antara sebab akibat terjadinya hipertensi yang berhubungan dengan gaya hidup.