

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6. 1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan kepada 43 responden di puskesmas pagaden barat maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Gaya hidup di puskesmas pagaden barat yaitu gaya hidup baik sebanyak (34,9 %) dan gaya hidup tidak baik sebanyak (65,1 %).
2. Kejadian hipertensi di puskesmas pagaden barat yaitu yang menderita hipertensi sebanyak (46,5%) dan yang tidak menderita hipertensi sebanyak (53,5%).
3. Ada hubungan antara gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa di puskesmas pagaden barat dengan $p\text{-value} = 0,001$.

6. 2. Saran

6. 2. 1. Bagi institusi pendidikan (Universitas Bhakti Kencana Bandung)

Adanya hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.

6. 2. 2. Bagi puskesmas

Adanya hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi puskesmas untuk memberikan pelayanan kesehatan, pendidikan kesehatan, dan mengadakan senam anti hipertensi atau kegiatan olahraga

agar masyarakat termotivasi untuk melakukan gaya hidup yang lebih baik.

6. 2. 3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya diharapkan dapat meneliti lebih mendalam terkait faktor-faktor gaya hidup yang lain.