

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Hasil penelitian tentang “Gambaran Faktor Resiko Hipertensi Yang Dapat Diubah Di Rt 01 Jatihandap Kota Bandung Tahun 2021 ” dapat disimpulkan bahwa:

1. Lebih dari setengah (98%) responden memiliki resiko untuk tertekana obesitas
2. Lebih dari setengah (82%) responden tidak memiliki kebiasaan merokok
3. Lebih dari setengah (72%) responden tidak memiliki kebiasaan aktivitas olahraga
4. Lebih dari setengah (62%) responden memiliki kebiasaan mengkonsumsi tinggi garam

6.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian diatas menyebutkan bahwa sebagian besar warga RT 01 mengalami obesitas, tidak memiliki kebiasaan beraktivitas fisik (olahraga), dan hampir seluruhnya memiliki kebiasaan konsumsi garam, setelah mengetahui hasil penelitian ini ada beberapa hal yang perlu direkomendasikan kepada:

a. Institusi Pendidikan

Diharapkan Karya Tulis Ilmiah ini bisa sebagai bahan referensi kepustakaan dan sebagai bahan bacaan untuk pengetahuan mahasiswa.

b. Institusi Pelayanan Kesehatan

Puskesmas Jatihandap diharapkan untuk dapat meningkatkan pendidikan kesehatan terutama mengenai diet bagi pasien hipertensi serta menyediakan media informasi mengenai hipertensi misalnya leaflet yang dapat dibagikan bagi pengunjung puskesmas atau mengadakan kunjungan ke setiap RT untuk penyuluhan kesehatan sehingga dapat menambah wawasan mengenai hipertensi.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar untuk melakukan penelitian mengenai gambaran sikap warga dan dapat mengembangkan hasil dari penelitian ini.