

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Hasil penelitian terhadap 95 responden dengan pengukuran tekanan darah dan pengukuran berat badan di Desa Gaden menunjukkan bahwa memiliki status gizi yang baik dan tekanan darah pre hipertensi. Uji Kendall's Tau, hasilnya dapat diketahui sebagai berikut: menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan status gizi dengan tekanan darah pada usia dewasa, dengan nilai signficancy pada hasil menunjukkan ( $p = 0,787 > 0,05$ ), dengan tingkat korelasi sebesar 0.025 termasuk dalam kategori sangat lemah . Kriteria tingkat keeratan atau kekuatan hubungan antar variabel didasarkan pada kriteria tingkat keeratan hubungan dalam analisis korelasi dengan koefisien korelasi sebesar 0,025 diartikan hubungan sangat lemah. Beberapa simpulan utama dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Mendeskripsikan karakteristik responden yang meliputi usia dewasa di Desa Gaden meliputi jenis kelamin, umur, pendidikan terakhir, dan pekerjaan.

Sebagian besar responden berdasarkan jenis kelamin yaitu perempuan 95 responden (100%), keseluruhan merupakan perempuan. memiliki rentang umur kebanyakan pada rentang 31-35 tahun yakni sebesar 33 responden (34.7%), mayoritas berpendidikan SMA/SMK/Sederajat yakni sebesar 74 responden (77.9%), serta mayoritas merupakan ibu rumah tangga yakni sebesar 93 responden (97.9%).

2. Mengidentifikasi status gizi pada usia dewasa di Desa Gaden

Penilaian terhadap karakteristik responden berdasarkan status gizi, sebagian besar adalah responden adalah termasuk kategori baik yaitu sebanyak 59 responden (62.1%).

3. Mengidentifikasi tekanan darah usia dewasa di Desa Gaden

Penilaian terhadap karakteristik responden berdasarkan tekanan darah, sebagian besar adalah responden adalah termasuk kategori pre hipertensi yaitu sebanyak 47 responden (49.5%).

4. Menganalisis hubungan status gizi dengan tekanan darah pada usia dewasa di Desa Gaden.

Berdasarkan hasil Analisa Bivariat dengan menggunakan uji Kendall's Tau, hasilnya dapat diketahui sebagai berikut: menyatakan bahwa tidak terdapat

hubungan status gizi dengan tekanan darah pada usia dewasa, dengan nilai significancy pada hasil menunjukkan ( $p = 0,787 > 0,05$ ).

## **B. Saran**

### **1. Bagi Puskesmas**

Diharapkan dapat meningkatkan program promotif dan preventif melalui kegiatan penyuluhan rutin mengenai pentingnya menjaga status gizi seimbang serta upaya pencegahan hipertensi pada usia dewasa.

### **2. Bagi Tenaga Kesehatan**

Diharapkan untuk lebih aktif melakukan pemantauan tekanan darah dan status gizi masyarakat, serta memberikan konseling gizi yang sesuai dengan kondisi individu.

### **3. Bagi Masyarakat**

Diharapkan dapat meningkatkan kesadaran untuk menerapkan pola makan sehat, mengurangi konsumsi garam berlebih, rutin berolahraga, serta melakukan pemeriksaan tekanan darah secara berkala sebagai upaya deteksi dini, agar selalu terkontrolnya tekanan darah dan selalu memperhatikan asupan gizi yang dikonsumsi.

### **4. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Disarankan untuk memperluas cakupan wilayah penelitian, menggunakan sampel yang lebih besar, serta mempertimbangkan variabel lain seperti pola makan, aktivitas fisik, dan faktor psikologis, sehingga hasil penelitian dapat lebih komprehensif dan bermanfaat dalam upaya pencegahan serta pengendalian hipertensi di masyarakat.