

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan peneliatian hubungan makanan dengan kejadian hipertensi di Desa Karang Gading Dusun 7 Pasiran Kabupaten Langkat diperoleh temuan sebagai berikut:

1. Adanya hubungan yang signifikan antara jenis makanan dengan kejadian hipertensi di Desa Karang Gading Dusun 7 Pasiran Kabupaten Langkat dengan hasil uji *chi-square* diperoleh *p value* = 0,003 dimana nilai tersebut < 0,05 yang artinya HO ditolak dan Ha diterima.
2. Tidak adanya hubungan yang signifikan antara frekuensi makanan dengan kejadian hipertensi di Desa Karang Gading Dusun 7 Pasiran Kabupaten Langkat dengan hasil uji *chi-square* diperoleh *p value* = 0,544 dimana nilai tersebut > 0,05 yang artinya HO diterima dan Ha ditolak.
3. Adanya hubungan yang signifikan antara jumlah makanan dengan kejadian hipertensi di Desa Karang Gading Dusun 7 Pasiran Kabupaten Langkat dengan hasil uji *chi-square* diperoleh *p value* = 0,004 dimana nilai tersebut < 0,05 yang artinya HO ditolak dan Ha diterima.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka disarankan beberapa hal sebagai berikut:

1. Bagi responden

Para responden disarankan untuk sering memantau tekanan darah mereka karena risiko tertular hipertensi meningkat seiring bertambahnya usia. Mempertahankan pola makan memerlukan pengurangan asupan lemak dan garam sambil meningkatkan asupan kalium. Selain itu, penderita hipertensi harus rutin memantau tekanan darahnya dan mengonsumsi obat antihipertensi sesuai dosis dokter untuk memastikan kestabilannya.

2. Bagi Desa Karang Gading

Desa Karang Gading dapat mengambil manfaat dari rekomendasi temuan penelitian untuk tindak lanjut terapi hipertensi dengan memberikan edukasi rutin kepada masyarakat tentang hubungan antara makanan dan prevalensi hipertensi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Temuan penelitian ini memberikan saran bagi peneliti selanjutnya untuk dapat menggunakan data dasar untuk proyek-proyek yang dilaksanakan dengan menggunakan berbagai teknik, seperti kohort dengan responden yang lebih banyak, modifikasi kuesioner dengan jawaban yang lebih spesifik dan bervariasi, dan penyelarasan karakteristik responden dengan menambahkan kriteria inklusi, seperti mencari sampel yang rutin mengontrol tekanan darah.