

BAB V PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Kesimpulan yang didapatkan dari hasil penelitian ini adalah:

1. Proporsi responden yang tidak mengalami hipertensi pada masyarakat yang berada di wilayah kerja Puskesmas Karang Jaya sebanyak 54 (58,7%). Orang yang tidak mengalami obesitas sebanyak 68 (73,9%). Orang yang mengalami stress ada sebesar 49 (53,3%) dan melakukan aktifitas fisik berat ada 65 (70,4%)
2. Ada hubungan obesitas dengan kejadian hipertensi pada masyarakat yang berada di wilayah kerja Puskesmas Karang Jaya dimana orang dengan obesitas memiliki risiko hipertensi sebesar 1,84 kali dibandingkan dengan orang yang tidak obesitas (PR 1,84 95% CI 1,17-2,91)
3. Ada hubungan stress dengan kejadian hipertensi pada masyarakat yang berada di wilayah kerja Puskesmas dimana orang yang mengalami stress memiliki risiko hipertensi sebesar 4,68 kali dibandingkan dengan yang tidak stress (PR 4,68 95% CI 2,16-10,10)
4. Ada terdapat hubungan aktifitas fisik dengan kejadian hipertensi pada masyarakat yang berada di wilayah kerja Puskesmas Karang Jaya dimana orang yang melakukan aktifitas fisik ringan memiliki risiko hipertensi sebesar 2,19 kali dibandingkan dengan yang melakukan aktifitas fisik sedang-berat (PR 2,19 95% CI 1,44-3,34).

5.2 Saran

1. Bagi Puskesmas

Diharapkan pihak puskesmas melakukan penyuluhan/edukasi kepada masyarakat yang terkena hipertensi dan yang berisiko agar bisa menurunkan angka kejadian hipertensi.

2. Bagi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi

Diharapkan sebagai bahan masukan serta tambahan referensi di perpustakaan dan bahan bacaan di institusi

3. Bagi Masyarakat

Diharapkan masyarakat lebih meningkatkan pola hidup yang sehat agar terhindar dari obesitas dengan melakukan pemantauan berat badan mengingat obesitas berisiko paling besar terhadap kejadian hipertensi. Selain itu masyarakat juga harus menghindari stress serta

melakukan aktifitas fisik yang cukup untuk mencegah terjadinya obesitas yang merupakan faktor risiko hipertensi.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya untuk dapat melakukan penelitian dengan variabel lain seperti riwayat keluarga, jenis kelamin, konsumsi natrium dan konsumsi kopi serta merokok yang berisiko juga terhadap kejadian hipertensi. Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan analisis statistic yang lebih mendalam seperti analisis multivariate untuk melihat faktor risiko yang paling dominan terhadap kejadian hipertensi.