

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

- 1) Pola makan responden di Puskesmas Cimanggis memiliki pola makan yang baik sebanyak 51,6% responden.
- 2) Dukungan keluarga responden di Puskesmas Cimanggis memiliki dukungan keluarga yang buruk sebanyak 58,9% responden.
- 3) Responden di Puskesmas Cimanggis yang mengalami hipertensi sebanyak 62,1% responden.
- 4) Ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian hipertensi pada pasien pra lansia ($p\text{-value} = 0,000 < 0,05$).
- 5) Tidak ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kejadian hipertensi pada pasien pra lansia ($p\text{-value} = 0,444 > 0,05$).

5.2 Saran

- 1) Bagi pra lansia dan keluarga di wilayah kerja Puskesmas Cimanggis

Bagi pra lansia untuk selalu memperhatikan pola makan sehari-hari, membiasakan dengan pola makan yang sehat sehingga kejadian hipertensi bisa diminimalisir.

- 2) Bagi Puskesmas Cimanggis

Bagi Puskesmas Cimanggis untuk memberikan promosi kesehatan tentang pola makan yang sehat dan penyakit hipertensi.

- 3) Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional

Bagi Fakultas Kesehatan Universitas Nasional, hasil dari penelitian ini

dapat digunakan sebagai sumber informasi tambahan dalam pendidikan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional.

4) Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor resiko yang dapat mempengaruhi kejadian hipertensi seperti jenis kelamin, riwayat keluarga dan kebiasaan merokok.

