

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisa pembahasan yang telah dilakukan maka didapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Pola konsumsi Makanan tinggi garam di Masyarakat Robatal-Sampang Mayoritas dikategorikan sedang sebanyak 40,5%
2. Kejadian hipertensi di Masyarakat Robatal-Sampang lebih dominan mengalami hipertensi derajat I 57,1%
3. Ada hubungan antara pola konsumsi makanan tinggi garam dengan kejadian hipertensi dengan $P\text{-Value} = 0,000$ dengan $\text{Coefisien Correlation} = 0,598$

5.2 Saran

1. Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan bagi masyarakat ataupun responden untuk mengetahui bahwa garam memiliki kandungan yang dapat memicu terjadinya hipertensi. Sehingga masyarakat atau responden lebih mempertimbangkan dalam mengonsumsi makanan yang mengandung garam yang tinggi.

2. Bagi Instansi

Berdasarkan hasil dari penelitian dapat digunakan sebagai acuan dalam mempertimbangkan makanan yang dapat memicu terjadinya hipertensi.

1. Bagi pelayanan kesehatan

Memberikan penyuluhan bagi pelayanan kesehatan kepada masyarakat untuk memberikan edukasi pendidikan kesehatan mengenai diet rendah garam.

5. Penelitian Selanjutnya

Penelitian selanjutnya dapat menggunakan faktor aktivitas fisik yang dapat mempengaruhi responden yang mengalami hipertensi. Sehingga dapat mencegah penyakit hipertensi.

