

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

1. Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (58,2%), berusia lebih dari 45 tahun (91,1%), dan memiliki riwayat penyakit hipertensi keluarga (58,2%).
2. Asupan lemak per hari responden sebagian besar berada pada kategori asupan lemak berlebih (39%), kebiasaan merokok per hari responden sebagian besar berada pada kategori perokok sedang (26,9%), dan sebagian besar responden mengalami hipertensi stage 1 (50,7%).
3. Terdapat hubungan yang tidak signifikan antara asupan lemak dengan kejadian hipertensi pada pasien prolans di Wilayah Kerja Puskesmas bululawang dengan nilai *p value* 0,002.
4. Terdapat hubungan yang tidak signifikan antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi pada pasien prolans di Wilayah Kerja Puskesmas bululawang dengan nilai *p value* 0,003.

#### B. Saran

1. Penelitian ini memiliki kelemahan yaitu wawancara food recall 24 jam hanya dilakukan pada *weekday* karena keterbatasan waktu, maka disarankan untuk penelitian selanjutnya wawancara food recall 24 jam dilakukan pada saat *weekday* dan *weekend*.
2. Penelitian ini memiliki kelemahan yaitu wawancara dilakukan di *outdoor* sehingga terdapat kebisingan yang dapat mengganggu konsentrasi responden dalam menjawab dan mendengarkan pertanyaan, maka disarankan untuk penelitian selanjutnya wawancara dilakukan di tempat yang nyaman dan jauh dari keramaian.
3. Diharapkan bagi responden untuk menjaga pola makan sesuai diet khusus (diet rendah lemak, rendah natrium), dan menghilangkan kebiasaan merokok.