

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil pembahasan penelitian tentang hubungan pola makan dan asupan lemak terhadap tekanan darah lansia di Desa Ngajum dapat disimpulkan bahwa:

- a. Tekanan darah tinggi banyak ditemukan pada perempuan. Lansia yang tidak tamat SD lebih banyak mengalami tekanan darah tinggi daripada lansia lain yang memiliki tingkat pendidikan lebih tinggi. Lansia dengan pekerjaan sebagai petani berisiko mengalami tekanan darah tinggi
- b. Terdapat hubungan antara pola makan dengan tekanan darah pada lansia di Desa Ngajum
- c. Terdapat hubungan antara asupan lemak dengan tekanan darah pada lansia di Desa Ngajum

#### **B. Saran**

Pada peneliian serupa diharapkan dapat memberikan informasi terkait jam berkunjung kegiatan wawancara dan pengukuran (baik melalui media terlulis atau elektronik), agar kegiatan pengukuran dapat dilaksanakan dengan tepat waktu dan hasil yang didapat lebih akurat.