

## **BAB VI PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas maka dari penelitian ini dapat disimpulkan beberapa hal mengenai Hubungan Pola Makan dan Kebiasaan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2024.

1. Lebih dari separoh (59,3%) responden mengalami kejadian hipertensi stadium 3 di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2024.
2. Lebih dari separoh (58,7%) responden mengalami pola makan tidak baik di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2024.
3. Lebih dari separoh (46,8%) responden mengalami kebiasaan merokok berat dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2024.
4. Ada hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Andaaals Padang Tahun 2024 dengan nilai ( $p < 0,05$ )
5. Tidak ada hubungan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Andalas Tahun 2024 dengan nilai ( $p > 0,05$ )

### **B. Saran**

1. Bagi Peneliti

Mengaplikasikan ilmu yang telah di dapat dari bangku perkuliahan menambah pengetahuan, serta pengalaman peneliti dalam melakukan penelitian di bidang keperawatan dan untuk mengetahui hubungan pola makan dan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2024.

## 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan sebagai bahan informasi dan pengetahuan serta wawasan sehingga dapat digunakan sebagai pembelajaran dalam melakukan penelitian selanjutnya mengenai hubungan pola makan dan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2024.

## 3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian diharapkan sebagai bahan bacaan dan data pendukung dalam hal mengembangkan potensi bagi tenaga kesehatan Program Studi Keperawatan Stikes Alifah Padang.

## 4. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan bagi pihak puskesmas untuk menjadikan acuan dalam pemberian pelayanan kesehatan pada klien hipertensi untuk melakukan konseling agar tetap mengontrol tekanan darah secara rutin dan menjaga pola makan seperti makanan rendah lemak dan menghindari kebiasaan merokok.