BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Karakteristik penderita hipertensi di Kelurahan Malabero mendominasikan secara signifikan oleh usia 45 dan 57 tahun, dengan mayoritas berjenis kelamin perempuan. Sebagian besar bekerja sebagai ibu rumah tangga, mencerminkan dominasi sektor informal. Dari segi pendidikan, mayoritas responden berpendidikan SD dan SMP, dengan tingkat SMP sebagai yang paling dominan.

1. Gambaran pola konsumsi natrium pada penderita hipertensi di Kelurahan Malabero Kota Bengkulu menunjukkan responden pada penelitian ini pola konsumsi natriumnya dominan lebih tinggi.
2. Gambaran status gizi pada penderita hipertensi di Kelurahan Malabero Kota Bengkulu menunjukkan responden pada penelitian ini status gizi dominan adalah status gizi Overweight/ Obesitas.
3. Gambaran tekanan darah pada penderita hipertensi di Kelurahan Malabero Kota Bengkulu, menunjukkan bahwa dari total 95 responden, dilihat dari tekanan darah Sistolik didapatkan penderita pre-hipertensi 31,6%, dan penderita hipertensi 68,4%. Dan dilihat dari tekanan darah Diastolik didapatkan bahwa penderita pre-hipertensi 34,7%, dan penderita hipertensi 65,3%.
4. Hubungan konsumsi natrium penderita hipertensi di Kelurahan Malabero Kota Bengkulu pada penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada

hubungan yang signifikan antara pola konsumsi natrium dan tekanan darah Sistolik pada pra-lansia penderita hipertensi. Hasil analisis dengan uji chi-square menunjukkan nilai *p-value* = 0,762 dan tidak ada hubungan yang signifikan antara pola konsumsi natrium dan tekanan darah Diastolik dengan nilai *p-value* = 0,413 yang mengindikasikan tidak ada hubungan yang signifikan antara frekuensi pola konsumsi Natrium dan tekanan darah.

5. Hubungan status gizi penderita hipertensi di Kelurahan Malabero Kota Bengkulu menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara status gizi dan tekanan darah Sistolik pada pra-lansia penderita hipertensi. Hasil analisis dengan uji chi-square menunjukkan nilai *p-value* = 0,197 dan tidak ada hubungan yang signifikan antara Status gizi dan tekanan darah Diastolik dengan nilai *p-value* = 1,045 yang mengindikasikan tidak ada hubungan yang signifikan antara Status gizi dan tekanan darah.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang hubungan Pola Konsumsi Natrium dan Status Gizi dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Kelurahan Malabero Kota Bengkulu Tahun 2025, peneliti ingin memberikan saran kepada beberapa pihak yang terkait antara lain kepada:

1. Bagi Masyarakat

   Diharapkan penderita Hipertensi di wilayah Malabero dapat memantau Pola Makan seperti mengkonsumsi ikan dengan diawetkan (diasinkan) secara berlebihan, mengonsumsi ikan dengan cara digoreng dan disantan secara terus-menerus yang dapat mengakibatkan dampak buruk bagi kesehatan.

2. Bagi Puskesmas

   Diharapkan tenaga medis Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu dapat mensosialisasikan pentingnya menjaga pola makan, khususnya membatasi konsumsi garam, ikan asin, serta makanan yang digoreng dan bersantan, untuk mencegah hipertensi dan komplikasi seperti stroke, diabetes, kolesterol tinggi, obesitas, dan gangguan kognitif.

3. Bagi Peneliti

   Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti masalah yang sama, disarankan agar menggunakan rancangan studi yang berbeda agar dapat melihat hubungan variabel lain.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu