

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dengan metode *literature review* tentang hubungan tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis dengan kejadian hipertensi pada remaja maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis termasuk dalam kategori tinggi pada remaja. Faktor pendapatan suatu negara, perbedaan gaya hidup dan faktor sosiodemografi memiliki peran penting dalam mempengaruhi preferensi dan pilihan terutama pada asupan gula sehingga mempengaruhi tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis.
2. Terdapat hubungan tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis dengan kejadian hipertensi pada remaja.

B. Saran

1. Diharapkan banyak penelitian selanjutnya yang mengambil tema berhubungan dengan hipertensi pada remaja karena pada era modern sekarang ini tidak hanya orang dewasa saja yang beresiko hipertensi
2. Diharapkan para remaja agar mengurangi konsumsi minuman ringan berpemanis karena beresiko terkena penyakit tidak menular tidak hanya hipertensi saja