

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang hubungan frekuensi merokok dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Desa Rerep Kabupaten Semarang dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara frekuensi merokok dengan kejadian hipertensi. Banyak faktor lain yang dapat meningkatkan risiko seseorang menderita hipertensi, antara lain : usia, keturunan (riwayat hipertensi dalam keluarga), jenis kelamin, obesitas atau overweight, diet tinggi garam, diet kurang potasium, diet kurang vitamin D, stress, kurang aktivitas fisik dan olahraga, merokok, alkohol, penyakit kronik, individu yang menderita kolesterol, diabetes, penyakit ginjal kronik.

B. Saran

1. Bagi Masyarakat

Masyarakat umum khususnya perokok diharapkan dapat secara bertahap mengurangi jumlah rokok yang dihisap setiap hari guna menurunkan atau mengontrol tekanan darahnya.

2. Bagi Puskesmas

Informasi kepada Puskesmas Desa Lerep dapat lebih mengelola dan mengedukasi dampak merokok terhadap perkembangan hipertensi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya.

Selain kebiasaan merokok, peneliti selanjutnya perlu melakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui kadar natrium yang dikonsumsi responden sebagai faktor risiko hipertensi.