

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Sebagian besar responden di klinik permata hati salatiga dengan gaya hidup perlu perbaikan yaitu 41 responden (50,0%).
2. Kejadian penyakit hipertensi pada responden di klinik permata hati salatiga antara hipertensi sebanyak 82 responden (61.7%).
3. Hasil *uji chi-square* didapatkan dari gaya hidup (aktifitas fisik) nilai $p=0.037$ ($<\alpha=0,05$), gaya hidup (pola makan) nilai $p=0,023$ ($<\alpha=0,05$), gaya hidup (kebiasaan merokok) nilai $p=0,038$ ($<\alpha=0,05$), gaya hidup (minum alkohol) nilai $p=0,023$ ($<\alpha=0,05$), gaya hidup (pengelolaan stress) nilai $p=0,001$ ($<\alpha=0,05$), gaya hidup (karakteristik individu) $p=0,003$ ($<\alpha=0,05$), gaya hidup (pengetahuan) nilai $p=0,002$ ($<\alpha=0,05$), dan gaya hidup (pekerjaan) nilai $p=0,000$ ($<\alpha=0,05$), yang berarti menunjukkan ada hubungan yang signifikan gaya hidup dengan kejadian penyakit hipertensi pada pasien usia dewasa muda di klinik permata hati salatiga.

B. Saran

1. Bagi dewasa muda

Sebagai informasi untuk usia dewasa muda di sekitar salatiga untuk mengubah gaya hidup ke yang lebih baik lagi dan lebih sehat agar kita terhindar dari berbagai macam penyakit.

2. Bagi petugas kesehatan klinik permata hati salatiga

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi, untuk membuat pergerakan dan menjalankan intervensi guna menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi selain menggunakan terapi farmakologi dan menjadikan masukan untuk pelayanan kesehatan di klinik tersebut agar memberikan promosi dan pelayanan yang lebih baik.

3. Bagi peneliti sebelumnya

Diharapkan untuk peneliti sebelumnya dapat mengembangkan hasil penelitian agar lebih spesifik, karena dalam penelitian ini peneliti belum mampu menjawab lebih spesifik tentang gaya hidup yang masih belum baik dan sehat.