

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

1. Usia dewasa di Dusun Banjaran Kelurahan Klepu Kecamatan Pringsurat Kabupaten Temanggung sebagian besar konsumsi kopi kategori sedang yaitu sebanyak 53 dari 74 responden (71,6%).
2. Usia dewasa di Dusun Banjaran Kelurahan Klepu Kabupaten Temanggung mempunyai tekanan darah kategori optimal yaitu sebanyak 46 dari 74 responden (62,2%).
3. Tidak ada hubungan konsumsi kopi dengan tekanan darah pada usia dewasa di Dusun Banjaran Kelurahan Klepu Kecamatan Pringsurat Kabupaten Temanggung, dengan *p value* sebesar  $0,513 > 0,05 (\alpha)$ .

#### **B. Saran**

1. Bagi Masyarakat  
Sebaiknya masyarakat mengkonsumsi kopi sesuai dengan aturan minum kopi serta takaran minum kopi yang baik bagi kesehatan sehingga dapat menjaga tekanan darah.
2. Bagi Tenaga Kesehatan  
Tenaga kesehatan sebaiknya memberikan promosi kesehatan tentang aturan minum kopi serta takaran minum kopi yang baik bagi kesehatan secara aktif dan kontinyu.

3. Bagi Universitas Ngudi Waluyo

Sebaiknya menambah literature yang berkaitan dengan konsumsi kopi dan perubahan tekanan darah dan menjadikan hasil penelitian ini sebagai landasan untuk penelitian selanjutnya.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya sebaiknya meningkatkan hasil dengan mengendalikan faktor lain yang mempengaruhi hasil penelian misalnya pengetahuan dengan menambahkan sebagai variabel independen sehingga diperoleh hasil penelitian yang optimal.