

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Responden di Desa Kebondowo Kecamatan Banyubiru sebagian besar berumur 45-55 tahun yaitu sebanyak 59 dari 89 responden (66,3%)
2. Responden di Desa Kebondowo Kecamatan Banyubiru sebagian besar konsumsi garam kategori rendah yaitu sebanyak 53 dari 89 responden (59,6%).
3. Responden di Desa Kebondowo Kecamatan Banyubiru sebagian besar mengalami hipertensi tahap II yaitu sebanyak 40 dari 89 responden (49,4%)
4. Responden di Desa Kebondowo Kecamatan Banyubiru sebagian besar kadang-kadang mengkonsumsi sayur dengan garam > 1 sendok teh yaitu sebanyak 39 dari 89 responden (43,8%).

B. Saran

1. Bagi Puskesmas

Sebagai masukan bagi pimpinan, petugas kesehatan dan kader yang diperoleh dari hasil penelitian ini dapat mengetahui hubungan tingkat konsumsi garam dengan kejadian hipertensi di Desa Kebondowo Kecamatan Banyubiru. Puskesmas dapat berperan aktif dalam meningkatkan pengetahuan tentang dampak terhadap risiko hipertensi dan konsumsi garam berlebih pada ibu rumah tangga.

2. Bagi Dinas Kesehatan

Dapat menjadi informasi dan masukan bagi dinas kesehatan dalam penanggulangan pencegahan penyakit hipertensi ini dan khususnya yang berkaitan

pada tingkat konsumsi garam pada masyarakat sehingga dapat dilakukan upaya pencegahan agar hipertensi bisa dicegah secara dini.

3. Bagi Masyarakat

Diharapkan untuk menjalankan perilaku konsumsi garam dan tekanan darah seperti mengurangi makanan yang mengandung garam berlebihan.