

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Hasil penelitian dengan judul “Hubungan Densitas Energi dan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Kejadian Hipertensi pada Usia 45-54 Tahun di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang” dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Responden yang mengkonsumsi makanan dengan densitas energi tinggi sebanyak 71 orang (82,5%), responden yang mengkonsumsi makanan dengan densitas energi sedang sebanyak 12 orang (14%) dan responden yang mengkonsumsi makanan dengan kategori densitas energi rendah sebanyak 3 orang (3,5%).
2. Indeks massa tubuh (IMT) responden sebagian besar dalam kategori obesitas tingkat I sebanyak 33 orang (38,4%), dalam kategori obesitas tingkat II sebanyak 14 orang (16,3%), responden yang mengalami overweight sebanyak 18 orang (20,9%) dan responden dengan status gizi normal ada 21 orang (24,4%).
3. Jumlah responden yang mengalami hipertensi sebanyak 47 orang (54,7%) sedangkan responden yang tidak hipertensi sebanyak 39 orang (45,3%).
4. Terdapat hubungan antara densitas energi dengan kejadian hipertensi pada usia 45-54 tahun di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang.
5. Terdapat hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan hipertensi pada usia 45-54 tahun di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang.

#### **B. Saran**

1. Bagi Masyarakat/Responden

Bagi masyarakat/responden Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang diharapkan dapat lebih memperhatikan asupan makanan yang dikonsumsi dan densitas energi yang terkandung didalam makanan, juga perlu mengontrol status gizi agar optimal dan terhindar dari berbagai penyakit akibat kelebihan berat badan.

2. Bagi Petugas Kesehatan

Diharapkan melakukan evaluasi akhir dari penyuluhan kesehatan dan intervensi mengenai penyakit hipertensi yang telah dilakukan sebelumnya.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengkhususkan satu jenis kelamin untuk menjadi subjek dalam penelitian.

