

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan data dan hasil penelitian yang dilakukan di Klinik Kurnia Medika Banyubiru dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Dari total 58 responden, didapati hasil Indeks massa tubuh (IMT) di Klinik Kurnia Medika Banyubiru diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami obesitas.
2. Klasifikasi hipertensi di Klinik Kurnia Medika Banyubiru dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami hipertensi derajat II.
3. Hasil uji statistic *spearman rank* didapatkan hasil $p = 0,000 < \alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak yang berarti terdapat hubungan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan derajat Hipertensi di Klinik Kurnia Medika Banyubiru. Sedangkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,735 yang diinterpretasikan bahwa kekuatan korelasi dikategorikan kuat.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan mengenai Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan derajat Hipertensi di Klinik Kurnia Medika Banyubiru, saran yang dapat diberikan sebagai pertimbangan bagi pihak terkait sebagai berikut :

1. Penderita hipertensi

Penderita hipertensi diharapkan dapat menjaga nilai IMT agar tetap normal yaitu dengan menerapkan gaya hidup sehat seperti mengatur pola makan dengan mengonsumsi makanan gizi seimbang, teratur melakukan aktivitas fisik atau olahraga seperti berjalan atau senam. Selain itu penderita juga diharapkan untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin di klinik atau layanan kesehatan.

2. Pelayanan kesehatan

Bagi Klinik Kurnia Medika Banyubiru diharapkan dapat memantau penderita hipertensi dengan mengadakan cek up secara rutin dan melakukan penyuluhan tentang aktivitas fisik atau olahraga dan pola makan yakni makanan yang harus dihindari serta yang dianjurkan.

3. Akademik

Bagi akademik atau fakultas kesehatan diharapkan dapat digunakan sebagai bahan materi untuk pembelajaran atau referensi untuk pihak yang akan melakukan penelitian lebih lanjut mengenai IMT terhadap hipertensi.

4. Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambah variabel lainnya yang dimungkinkan dapat mempengaruhi hipertensi selain indeks massa tubuh (IMT) yang tinggi atau obesitas.