

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan antara kejadian obesitas dengan hipertensi pada remaja di SMA Negeri I Bergas Kabupaten Semarang dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Status gizi siswa di SMA Negeri I Bergas Kabupaten Semarang yang obesitas sebanyak 7 (7.1 %) dan yang paling banyak siswa dengan status gizi normal yaitu sejumlah 66 siswa ( 67.3 %).
2. Hipertensi stage II pada siswa di SMA Negeri I Bergas Kabupaten Semarang sebanyak 3 (3.1 %), stage I sebanyak 30 ( 30.6 %) siswa yang mengalami prehipertensi sebanyak 7 ( 7.1 %) dan tekanan darah normal sebanyak 58 siswa ( 59.2 %).
3. Tidak terdapat hubungan antara kejadian obesitas dengan hipertensi pada remaja di SMA Negeri I Bergas Kabupaten Semarang ( $p = 0,056$ ).

## **B. Saran**

### 1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini hanya meneliti tentang hubungan antara kejadian obesitas dengan hipertensi pada remaja, sehingga perlu disarankan adanya penelitian lebih lanjut mengenai asupan zat gizi yang menyebabkan terjadinya obesitas dan hipertensi pada remaja.

### 2. Bagi Remaja

Mengontrol berat badan secara berkala, sehingga dapat diketahui masalah gizi secara dini. Mengontrol tekanan darah secara berkala, sehingga dapat mengetahui peningkatan tekanan darah secara dini.

### 3. Bagi Sekolah

Meningkatkan kesehatan siswa dengan menggunakan KIE (komunikasi, informasi, dan edukasi) mengenai hipertensi pada remaja dengan bekerjasama dengan lembaga kesehatan secara berkelanjutan.