

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 80 responden di wilayah kerja RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango, maka peneliti mengambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Terdapat hubungan perilaku kebiasaan mengkonsumsi makanan asin dengan kejadian hipertensi pada masyarakat Gorontalo di wilayah kerja RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango dengan *p-Value Uji Fisher* sebesar 0,000. Nilai ini masih lebih kecil dibandingkan dengan nilai alpha yang digunakan (0,05).
2. Terdapat hubungan perilaku kebiasaan mengkonsumsi makanan berlemak dengan kejadian hipertensi pada masyarakat Gorontalo di wilayah kerja RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango dengan *p-Value Chi Square* sebesar 0,030. Nilai ini masih lebih kecil dibandingkan dengan nilai alpha yang digunakan (0,05).
3. Tidak terdapat hubungan perilaku kebiasaan mengkonsumsi makanan pedas dengan kejadian hipertensi pada masyarakat Gorontalo di wilayah kerja RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango dengan *p-Value Chi Square* sebesar 0,082. Nilai ini masih lebih besar dibandingkan dengan nilai alpha yang digunakan (0,05).
4. Tidak terdapat hubungan perilaku kebiasaan mengkonsumsi makanan panggang dengan kejadian hipertensi pada masyarakat Gorontalo di wilayah

kerja RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango dengan *p-Value Uji Fisher* sebesar 0,053. Nilai ini masih lebih besar dibandingkan dengan nilai alpha yang digunakan (0,05).

5. Terdapat hubungan perilaku kebiasaan mengkonsumsi makanan menggunakan bumbu penyedap dengan kejadian hipertensi pada masyarakat Gorontalo di wilayah kerja RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango dengan *p-Value Chi Square* sebesar 0,003. Nilai ini masih lebih kecil dibandingkan dengan nilai alpha yang digunakan (0,05).

5.2 Saran

1. Bagi Rumah Sakit

Rumah sakit sebaiknya lebih meningkatkan pelayanan terhadap pasien, terutama terhadap pasien lansia dan hipertensi.

2. Bagi profesi keperawatan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan wawasan dan pengetahuan kepada perawat tentang perilaku kebiasaan masyarakat dalam mengkonsumsi makanan sekaligus lebih sering memberikan *health education* tentang kebiasaan makan kepada masyarakat agar terhindar dari penyakit hipertensi.

3. Bagi pasien hipertensi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan wawasan mengenai perilaku kebiasaan mengkonsumsi makanan yang dapat menyebabkan hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. 2004. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Edisi Ke-4. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Ardiansyah, M. 2012. *Medikal Bedah untuk Mahasiswa*. Yogyakarta: Diva Press.
- Andamsari, M.N. 2015. *Hubungan Pola Makan Dengan Tekanan Darah Pada Orang Dewasa Di Sumatra Barat*. Universitas Andalas.
- Bustan, M. N. 2007. *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Depkes, 2013. Riset Kesehatan Dasar 2013.
- Dalimartha, S. 2008. *Care Your Self Hipertensi*. Jakarta: Penebar Plus
- Hanafi, dkk. 2016. *Gambaran Gaya Hidup Penderita Hipertensi Di Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang*.
- Herze, A.R.F. 2014. *Hubungan Tingkat aktivitas dan Perilaku Makan dengan Kejadian Obesitas pada Siswa-Siswi Madrasah Ibtida'iyah Pembangunan Jakarta*.
- Heryanti. 2009. *Kebiasaan Makan*. Jurnal Universitas Indonesia.
- Indrawati, L. 2009. *Hubungan Pola Kebiasaan Konsumsi Makanan Masyarakat Miskin Dengan Kejadian Hipertensi Di Indonesia*
- Ismuningsih, R. 2013. *Pengaruh Konsumsi Lemak Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Rawat Jalan Di Rumah Sakit Pku Muhammadiyah Surakarta*.
- Janah, I.C. 2016. *Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Yogyakarta*. Jurnal Universitas Negeri Yogyakarta.
- Khasanah, N. 2012. *Wapadai Beragam Penyakit Degeneratif Akibat Pola Makan*. Yogyakarta: Laksana
- Khomsan, Ali. 2003. *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Khumaidi. 2004. *Gizi Masyarakat*. Jakarta: BPK Gunung Mulia
- Kurniawan, A. 2002. *Gizi Seimbang untuk Mencegah Hipertensi*. Jakarta: FK Yarsi

- Kowalski, R.E. 2010. *Terapi Hipertensi Program 8 Minggu Menurunkan Tekanan Darah Tinggi dan Mengurangi Resiko Serangan Jantung dan Stroke Secara Alami*. Bandung: Mizan Pustaka.
- Manawan, A.A. 2016. *Hubungan Antara Konsumsi Makanan Dengan Kejadian Hipertensi Di Desa Tandengan Satu Kecamatan Eris Kabupaten Minahasa*. Jurnal Universitas Sam Ratulangi.
- Notoatmodjo, S. (2003). *Pendidikan & Perilaku Kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- _____ (2005). *Metodologi Penelitian Kesehatan. Edisi Revisi*. Jakarta : PT Rineka Cipta
- _____. (2007). *Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Notoatmojo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nuraif, A.H & Kusuma, H. 2015. *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan Nanda NIC NOC Jilid 2*. Yogyakarta: Mediacion
- Rawasiah, A.B. 2014. *Hubungan Faktor Konsumsi Makanan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Pattingalloang*. Jurnal Universitas Hasanuddin.
- Utami, S. 2011. *Manfaat dan Khasiat Cabe*.
- Sheps, S.G. 2005. *Mayo Clinic Hipertensi Mengatasi Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta: Intisari Mediatama.
- Sugiyono. 2007. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung : CV Alfa Beta
- . 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*. Yogyakarta: Alfa Beta
- Suhardjo, 2006. *Pangan, Gizi dan Pertanian*. Jakarta: Universitas Indonesia
- Wijaya, S.A. 2011. *Hubungan Pola Makan dengan Tingkat Kejadian Hipertensi pada Lansia di Dusun 14 Sungapan Tirtorahayu Galur Kulon Progo Yogyakarta*. Jurnal Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah.
- Wijaya, A.S & Putri, Y M. 2013. *KMB 1 Keperawatan Medikal Bedah (Keperawatan Dewasa)*.Yogyakarta: Nuha Medika.
- Yuliandra, A.A. 2012. *Gambaran Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Mahasiswa Fakultas Kedokteran USU Angkatan 2008 Terhadap Makanan yang Mengandung Natrium*.