

BAB 7

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan indeks massa tubuh dengan tekanan darah dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Prevalensi obesitas pada remaja tiga SMA adalah 8.4% dan sebagian besar siswa remaja SMA mempunyai IMT normal.
2. Sebagian besar siswa remaja SMA mempunyai tekanan darah normal.
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara IMT dengan tekanan darah sistolik dan diastolik pada remaja tiga SMA di kota Padang dengan kekuatan korelasi lemah.

7.2 Saran

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti menyarankan :

1. Sebaiknya dilakukan penelitian lanjutan dengan menambah jumlah sampel dengan rentang usia yang lebih luas dan faktor lain selain IMT.
2. Meningkatkan penyuluhan tentang pola hidup sehat pada remaja SMA kota Padang yang bertujuan untuk memberi pengetahuan tentang obesitas dan hipertensi. Menginformasikan bahwa obesitas tidak hanya dapat terjadi pada usia dewasa tetapi juga pada usia sekolah dan remaja.