

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SMAN 3 dan SMAN 9 Padang tahun 2018 mengenai status gizi dengan tekanan darah pada remaja, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut.

1. Sebagian besar status gizi pada remaja memiliki status gizi yang normal (73,3%). Prevalensi status gizi gemuk dan obesitas didapatkan sebesar 16,5%.
2. Sebagian besar responden memiliki tekanan darah sistole yang normal dan tekanan darah diastole yang normal. Namun masih terdapat responden yang memiliki prehipertensi sebesar 7,3% pada sistole dan 20,8% pada diastole, hipertensi derajat 1 sebesar 6,6% pada sistole dan 10,6% pada diastole serta hipertensi derajat 2 didapatkan 0,7% pada sistole dan 0,3% pada diastole
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan tekanan darah pada remaja.

B. Saran

Saran dari peneliti berdasarakan hasil dari penelitian yang telah dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Bagi SMAN 3 dan SMAN 9 Padang

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar masukan bagi sekolah dan program kesehatan sekolah seperti PMR/UKS untuk mencegah hipertensi dengan cara memonitoring status gizi dan menjaga status gizi yang baik bagi remaja, melalui kerjasama dengan tenaga kesehatan mengadakan event secara berkala seperti memberikan pendidikan kesehatan mengenai status gizi dan tekanan darah, serta dapat melakukan pemeriksaan status gizi dan tekanan darah terhadap siswa/siswi.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan tambahan untuk memperkaya pengetahuan dan keperluan referensi ilmu keperawatan tentang hubungan antara status gizi dengan tekanan darah pada remaja

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang hubungan status gizi dengan tekanan darah pada remaja. Diharapkan kepada peneliti selanjutnya dapat meneliti lanjutan topik status gizi dengan tekanan darah pada remaja yang mencakup responden laki-laki dan perempuan dengan jumlah proporsi yang sama dari setiap kelas.