

## BAB VII

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan lingkaran abdomen dengan tekanan darah pada remaja di MAN 1 Padang tahun 2018 dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik remaja di MAN 1 Padang tahun 2018 dalam kategori normal. Prevalensi kejadian hipertensi sistolik sebesar 12,0% dan hipertensi diastolik adalah 8,1%.
2. Rata-rata remaja memiliki lingkaran abdomen dalam batas normal. Berdasarkan ukuran lingkaran abdomen, persentase remaja dengan obesitas sebanyak 31,1%.
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara lingkaran abdomen dengan tekanan darah pada remaja di MAN 1 Padang tahun 2018 ( $p=0,000$ ) dengan kekuatan hubungan lemah dan arah hubungan positif. Semakin besar ukuran lingkaran abdomen maka semakin besar tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik.

## B. Saran

### 1. Bagi Pelayanan Keperawatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi data dasar untuk melakukan upaya pencegahan obesitas dan hipertensi pada remaja melalui pengukuran lingkaran abdomen dan tekanan darah secara berkala.

### 2. Bagi Fakultas Keperawatan Unand

Diharapkan agar penelitian ini dapat dijadikan data atau informasi bagi mahasiswa Fakultas Keperawatan Unand dalam melakukan penelitian yang berkaitan dengan lingkaran abdomen dan tekanan darah pada remaja.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai bahan bacaan atau referensi yang mendukung penelitian tentang lingkaran abdomen dengan tekanan darah. Diharapkan agar peneliti selanjutnya dapat meneliti terkait upaya pencegahan atau penatalaksanaan obesitas dan hipertensi pada remaja.

### 4. Bagi Sekolah

Pihak sekolah diharapkan agar dapat melakukan pengukuran antropometri dan tekanan darah secara berkala dengan mengoptimalkan fungsi Unit Kesehatan Sekolah dan bekerja sama dengan Dinas Kesehatan, Dinas Pendidikan dan Puskesmas. Diharapkan juga agar hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar pengembangan program kesehatan remaja di sekolah melalui pendidikan kesehatan atau penyuluhan tentang obesitas dan hipertensi.