

## BAB 6 : PENUTUP

### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian hubungan pengetahuan gizi, konsumsi ikan asin, dan status gizi dengan kejadian hipertensi pada masyarakat pesisir pantai di wilayah kerja Puskesmas Salido tahun 2024 yang mengacu pada tujuan khusus penelitian, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Lebih dari setengah responden berjenis kelamin perempuan (62,8%) dengan rentang usia terbanyak yaitu dewasa tengah (49,6%). Mayoritas tingkat pendidikan terakhir responden adalah tamatan SMA/Sederajat (36,4%). Sebagian besar responden tidak bekerja (20,9%).
2. Sebagian besar masyarakat pesisir pantai di wilayah kerja Puskesmas Salido tidak mengalami hipertensi (65,1%).
3. Lebih dari setengah masyarakat pesisir pantai di wilayah kerja Puskesmas Salido memiliki pengetahuan gizi baik (62,8%).
4. Sebagian besar masyarakat pesisir pantai di wilayah kerja Puskesmas Salido jarang mengonsumsi ikan asin (60,5%).
5. Hampir setengah masyarakat pesisir pantai di wilayah kerja Puskesmas Salido memiliki status gizi normal (45%).
6. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan kejadian hipertensi pada masyarakat pesisir pantai di wilayah kerja Puskesmas Salido.
7. Terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi ikan asin dengan kejadian hipertensi pada masyarakat pesisir pantai di wilayah kerja Puskesmas Salido.

8. Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian hipertensi pada masyarakat pesisir pantai di wilayah kerja Puskesmas Salido.

## 6.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan, maka saran yang dapat diberikan oleh peneliti adalah sebagai berikut :

1. Bagi Masyarakat Pesisir Pantai

Responden diharapkan untuk meningkatkan pengetahuan gizi dengan cara menggali informasi dari berbagai sumber, menjaga pola konsumsi makan, dan menjaga berat badan normal bertujuan untuk mengurangi risiko terjadinya hipertensi.

2. Bagi Puskesmas

Petugas kesehatan diharapkan untuk meningkatkan pengetahuan tentang komplikasi hipertensi dengan memberikan edukasi kepada masyarakat pesisir pantai di wilayah kerja Puskesmas Salido melalui penyebaran media edukasi, penyuluhan, konseling gizi, dan memberikan motivasi supaya masyarakat sekitar mampu mempertahankan tekanan darah normal.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan mempertimbangkan faktor kesejahteraan keluarga sebagai faktor yang mempengaruhi kejadian hipertensi. Selain itu, diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat menambahkan bahan makanan mie instan ke dalam formulir FFQ karena mie instan mengandung tinggi natrium serta mempertimbangkan untuk menganalisis kandungan natrium pada ikan asin.