

## BAB 6: KESIMPULAN DAN SARAN

### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai faktor yang berhubungan dengan pencegahan hipertensi di Universitas Andalas tahun 2024 didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Lebih dari setengah responden mahasiswa berjenis kelamin perempuan, sebagian besar responden memiliki pengetahuan tinggi, lebih dari setengah responden memiliki sikap positif, mayoritas responden memiliki keluarga yang tidak mendukung, lebih dari setengah responden terpapar informasi seputar hipertensi, dan lebih dari setengah responden baik dalam menerapkan pencegahan hipertensi.
2. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan pencegahan hipertensi pada mahasiswa S1 Universitas Andalas tahun 2024.
3. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan pencegahan hipertensi pada mahasiswa S1 Universitas Andalas tahun 2024.
4. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dengan pencegahan hipertensi pada mahasiswa S1 Universitas Andalas tahun 2024.
5. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan pencegahan hipertensi pada mahasiswa S1 Universitas Andalas tahun 2024.
6. Terdapat hubungan yang signifikan antara paparan informasi dengan pencegahan hipertensi pada mahasiswa S1 Universitas Andalas tahun 2024.

7. Tidak didapatkan variabel yang paling dominan berhubungan dengan pencegahan hipertensi pada mahasiswa S1 Universitas Andalas tahun 2024 secara statistik.

## 6.2 Saran

1. Bagi Instansi Kesehatan

- a. Hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran mengenai sejauh mana penerapan pencegahan hipertensi yang diterapkan oleh mahasiswa dan dapat menjadi acuan dan pertimbangan untuk program-program kesehatan yang akan diberikan kepada generasi muda khususnya mahasiswa.
- b. Diharapkan bagi instansi dan tenaga kesehatan dapat meningkatkan upaya promosi dan edukasi dengan memanfaatkan perkembangan teknologi yang ada seperti membuat konten video kesehatan terutama berkaitan pencegahan hipertensi melalui akun instagram dan tiktok sehingga lebih inovatif dan kreatif.

2. Bagi Pihak Kampus

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai pertimbangan bagi pihak kampus dalam membuat kebijakan dan mengambil sikap yang berkaitan dengan kesehatan mahasiswanya, seperti ketegasan pihak kampus untuk menerapkan kawasan bebas asap rokok dan memberikan efek jera bagi mahasiswa yang melakukan perbuatan merokok di area kampus.

3. Bagi Mahasiswa

- a. Diharapkan mahasiswa lebih sadar dan *aware* terhadap kesehatannya dengan menerapkan pola hidup yang baik terutama pola makan, manajemen stres dan meningkatkan aktivitas fisik.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi terbaru sehingga peneliti selanjutnya dapat menganalisis lebih dalam tentang pencegahan hipertensi.
- b. Diharapkan kepada peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian dengan meneliti variabel-variabel yang diduga berhubungan dengan pencegahan hipertensi khususnya pada usia produktif seperti dukungan teman sebaya, dukungan dosen atau guru apabila meneliti di lingkungan pendidikan, dan variabel lainnya.

