

BAB VI SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti tentang Hubungan Antara Frekuensi Minum Kopi, Merokok, Status Gizi, Dan Status Hipertensi Mahasiswa Prodi Teknik Sipil Universitas Udayana dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar sampel (74,5%) mempunyai Status Gizi Normal. Sebanyak 12 sampel atau (8,5%) mempunyai Status Gizi Gemuk, dan sebanyak 8 sampel atau (17%) mempunyai Status Gizi Kurus.
2. Berdasarkan besar sampel (47 orang), didapatkan bahwa sampel dengan frekuensi minum kopi harian pada kategori rendah atau ≤ 2 cangkir per hari, atau sebanyak 25 sampel (53,2%). Dan kategori tinggi atau ≥ 3 cangkir sebanyak 22 sampel atau (46,8%).
3. Terdapat Hubungan yang bermakna antara Frekuensi Merokok dengan Status Hipertensi $p\text{-value} = 0,025$ ($p < 0,05\%$).
4. Terdapat Hubungan yang bermakna antara Status Gizi dengan Status Hipertensi $p\text{-value} = 0,015$ ($p < 0,05\%$).
5. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara Frekuensi Minum Kopi dengan Status Hipertensi 0,318 ($p > 0,05\%$).

B. Saran

Diharapkan Universitas terkait dapat melakukan penyuluhan kesehatan terkait penyakit Kardiovaskular. Bekerjasama dengan Puskesmas terdekat atau dengan Fakultas lain yang berwenang dalam bidang Kesehatan. Untuk peneliti selanjutnya agar meneliti tentang Hubungan Zat Gizi Makro dan Mikro dengan terjadinya peningkatan tekanan darah dengan kelompok perlakuan dan kontrol yang berbeda.