

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

- 5.1.1 Paling banyak responden dalam penelitian ini berada pada kelompok usia dewasa muda awal pada umur 22 tahun sebanyak 38,1 % dan prevalensi responden berjenis kelamin laki-laki dengan presentas 76,2 %, dengan sebagian besar telah memiliki status bekerja 12 orang (57,1%). Kondisi ini menunjukkan bahwa kelompok dewasa muda memiliki potensi paparan faktor risiko hipertensi yang cukup tinggi, terutama faktor gaya hidup.
- 5.1.2 Tingkat ketergantungan konsumsi alkohol pada responden sebagian besar berada pada kategori risiko rendah hingga sedang berdasarkan skor AUDIT, serta frekuensi konsumsi yang terjadi pada momen atau event tertentu.
- 5.1.3 Kejadian hipertensi di pre hipertensi dan hipertensi tingkat 1 pada usia dewasa muda di wilayah penelitian masih ditemukan, meskipun sebagian responden belum memiliki riwayat hipertensi sebelumnya. Hal ini menandakan bahwa hipertensi dapat muncul pada usia produktif dan tidak hanya terjadi pada usia lanjut.
- 5.1.4 Ada keterkaitan antara ketergantungan konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa muda di wilayah kerja Puskesmas Bambanglipuro, menggunakan uji Gamma menunjukkan nilai koefisien sebesar 0,667 dengan nilai signifikansi $p=0,018$ ($p<0,05$).

5.2 Saran

- 5.2.1 Bagi Penelitian Selanjutnya
 - 5.2.1.1 Disarankan untuk menambah jumlah sampel dan memperluas wilayah penelitian agar hasil penelitian lebih representatif dan dapat digeneralisasikan.
 - 5.2.1.2 Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi kejadian hipertensi, seperti pola makan, aktivitas fisik, kebiasaan merokok, tingkat stres, indeks massa tubuh, dan faktor genetik.

- 5.2.1.3 Disarankan menggunakan instrumen pengukuran yang lebih detail terkait frekuensi, jumlah, dan durasi konsumsi alkohol untuk meningkatkan akurasi data penelitian.
- 5.2.1.4 Penelitian selanjutnya dapat mengembangkan dan menambah studi intervensi atau program edukasi kesehatan untuk menilai efektivitas upaya pengurangan konsumsi alkohol terhadap pencegahan hipertensi pada usia dewasa muda.
- 5.2.2 Bagi Tempat Penelitian
 - 5.2.2.1 Tempat penelitian disarankan untuk lebih aktif dalam melakukan kegiatan promotif dan preventif terkait masalah kesehatan hipertensi pada usia dewasa muda, seperti edukasi kesehatan kepada masyarakat atau pasien.
- 5.2.3 Bagi instansi Kesehatan
 - 5.2.3.1 Instansi kesehatan diharapkan dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai program peningkatan pelayanan kesehatan, khususnya terkait masalah kesehatan hipertensi pada usia dewasa muda dan ketergantungan konsumsi alkohol pada usia dewasa muda.
 - 5.2.3.2 Perlu ditingkatkan kegiatan promosi kesehatan terhadap usia dewasa muda secara berkelanjutan melalui penyuluhan, skrining, dan monitoring kesehatan masyarakat.