

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan :

1. Karakteristik responden, sebagian besar buruh sawit laki-laki berusia dewasa menengah yaitu 35-44 tahun sebesar 46,7%. Pendidikan terakhir buruh sawit laki-laki termasuk kategori Tamatan SD/Sederajat sebesar 42,7%. Pendapatan/bulan buruh sawit laki-laki didominasi pada rentang >Rp2.000.000-4.000.000 Sebesar 68%. Lama bekerja sebagai buruh sawit yaitu 14-20 tahun 48%. Riwayat hipertensi keluarga buruh sawit sebagian besar tidak memiliki riwayat hipertensi yaitu sebesar 92% dan 8% memiliki riwayat hipertensi berasal dari ayah (4 responden) dan ibu (2 responden).
2. Konsumsi kopi buruh sawit laki-laki di Desa Tasik Serai Kabupaten Bengkalis, yaitu 9-16 gram/hari (36%) dan rata-rata konsumsi kopi *weekday*, yaitu 12,81 gram.
3. Kebiasaan merokok buruh sawit laki-laki termasuk kategori perokok berat (52%) dan perokok sedang (48%). Rata-rata jumlah rokok yang dihisap buruh sawit, yaitu 28 batang/hari.
4. Sebagian besar buruh sawit laki-laki di Desa Tasik Serai Kabupaten Bengkalis mengalami hipertensi sebesar 64%.

5. Terdapat hubungan yang bermakna dan bersifat positif dengan kekuatan sedang antara konsumsi kopi dengan kejadian hipertensi pada buruh sawit laki-laki ($p=0,001$; $r=0,372$).
6. Terdapat hubungan yang bermakna dan bersifat positif dengan kekuatan sedang antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi pada buruh sawit laki-laki ($p=0,000$; $r=0,480$).
7. Terdapat hubungan yang bermakna antara konsumsi kopi dan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi pada buruh sawit laki-laki di Desa Tasik Serai Kabupaten Bengkalis ($p=0,000$). Kebiasaan merokok memiliki pengaruh signifikan paling besar dengan kejadian hipertensi dibandingkan dengan variabel konsumsi kopi dengan nilai $PR=1,140$ yang berarti setiap penambahan 1 batang rokok yang dihisap meningkatkan risiko terjadinya hipertensi sebesar 1,140 kali dibandingkan responden yang menghisap 1 batang rokok lebih sedikit.

5.2 Saran

1. Bagi Buruh Sawit

Buruh sawit diharapkan meningkatkan kesadaran dalam mengatur konsumsi kopi dan kebiasaan merokok, sehingga tekanan darah dapat terkendali dan risiko hipertensi dapat dicegah.

2. Bagi Desa Tasik Serai

Perlu dilaksanakan penyuluhan mengenai batas konsumsi kopi dan risiko merokok, sehingga buruh sawit dapat menerapkan gaya hidup sehat dalam menjaga tekanan darah tetap normal.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengkaji hubungan kejadian hipertensi dengan variabel lain diluar variabel yang digunakan dalam penelitian ini seperti riwayat konsumsi alkohol, tingkah pengetahuan gizi buruh sawit, aktifitas fisik dan faktor lain yang berhubungan mempengaruhi kejadian hipertensi. Selain itu, penelitian selanjutnya juga diharapkan melibatkan kelompok sasaran yang lebih luas dan beragam, tidak hanya terbatas pada buruh sawit. Penelitian juga sebaiknya tidak hanya dilakukan di wilayah Desa Tasik Serai, Kabupaten Bengkalis tetapi diperluas ke wilayah lain.

UNIVERSITAS NEGERI
MEKONG
UNIMED
THE
Character Building
UNIVERSITY