

## **BAB VI**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka simpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Lama merokok pada pekerja di Kilang Pertamina RU IV Cilacap tahun 2024 sebagian besar  $\geq 10$  tahun sebanyak 19 orang (63,3%).
2. Konsumsi rokok per hari pada pekerja di Kilang Pertamina RU IV Cilacap tahun 2024 sebagian besar dengan kategori sedang sebanyak 15 orang (50%).
3. Tekanan darah pada pekerja di Kilang Pertamina RU IV Cilacap tahun 2024 dengan kategori normal sebanyak 13 orang (43,3%).
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara lama merokok dengan tekanan darah pada pekerja di Kilang Pertamina RU IV Cilacap tahun 2024 ( $p$ -value = 0,041).
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi rokok per hari dengan tekanan darah pada pekerja di Kilang Pertamina RU IV Cilacap tahun 2024 ( $p$ -value = 0,003).

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah diperoleh, maka diajukan saran-saran sebagai berikut :

1. Bagi Kilang Pertamina RU IV Cilacap

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan bagi pihak Kilang Pertamina RU IV Cilacap agar dapat memberikan edukasi kepada pekerja terkait perilaku merokok dan hipertensi sehingga pekerja dapat sedikit demi sedikit mengurangi rokok agar tekanan darah tetap normal saat bekerja.

2. Bagi pekerja

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan pekerja mengenai bahaya lama merokok dan banyaknya konsumsi rokok setiap harinya terhadap penyakit hipertensi sehingga pekerja dapat mengurangi perilaku merokok atau bahkan berhenti merokok agar kondisi pekerja tetap sehat selama bekerja khususnya tekanan darah tetap normal saat bekerja.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan menghubungkan pengetahuan tentang bahaya merokok dengan tekanan darah dengan menggunakan sampel yang lebih banyak lagi atau menambah variabel yang terkait dukungan keluarga dalam memberikan motivasi kepada pekerja untuk berhenti merokok.