

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan kualitas tekanan darah antara mahasiswa yang rutin jalan kaki dan mahasiswa berkendara bermotor tetapi tidak berbeda secara bermakna.
2. Kualitas tekanan darah sistolik maupun diastolik mahasiswa yang berjalan kaki dan berkendara bermotor masih dalam kisaran normal.

#### **B. Saran**

1. Bagi Ilmu Kedokteran

Menambah referensi tentang perbedaan kualitas tekanan darah dengan menggunakan variabel yang lebih bervariasi.

2. Bagi peneliti lainnya

Bagi peneliti lainnya dapat melakukan penelitian dengan jumlah responden yang lebih banyak dan lebih dispesifikkan terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas tekanan darah.