

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan data dan hasil penelitian mengenai “Hubungan Antara Obesitas dan Resiko Stroke pada Anggota Komunitas Penyandang Stroke dan Lansia Happy Embung Yogyakarta” maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat Hubungan yang signifikan antara obesitas dan resiko stroke pada orang yang mengalami obesitas dan terdiagnosis stroke di Komunitas Penyandang Stroke dan Lansia Happy Embung Yogyakarta.
2. Orang yang terdiagnosis stroke dan mengalami obesitas proporsinya lebih banyak pada wanita dengan persentase 56% dan pria 44%.
3. Tingkatan usia 45-59 tahun orang yang mengalami obesitas memiliki resiko lebih tinggi untuk terkena stroke.

#### **B. Saran**

1. Dalam upaya menurunkan insiden stroke perlu ditingkatkan promosi kesehatan dan penerapan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya terkait obesitas yaitu mengenai pola makan dan aktivitas fisik.
2. Dalam penelitian ini terdapat kelemahan karena jumlah sampel yang sedikit. Oleh karena itu, perlunya penelitian yang lebih lanjut dengan sampel yang