

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan dari hasil penelitian Perilaku Pengendalian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Rawalo yaitu:

1. Karakteristik responden berdasarkan usia lansia paling banyak berusia 60-64 tahun yaitu sebanyak 66 orang (64,1%), jenis kelamin lebih banyak perempuan yaitu sebanyak 72 orang (69,9%) sedangkan laki-laki 31 orang (30,1%), mayoritas berpendidikan dasar (SD, SMP, Sederajat) yaitu sebanyak 86 orang (83,5%), pekerjaan di dominasi lansia tidak bekerja yaitu sebanyak 75 orang (72,8%) dan paling banyak memiliki pendapatan keluarga rendah yaitu sebanyak 87 orang (84,5%), mayoritas lansia berstatus menikah yaitu sebanyak 77 orang (74,8%) dan paling banyak tinggal bersama tiga generasi yaitu sebanyak 49 orang (47,6%).
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan (*p value* 0,001), sikap (*p value* 0,029), dan dukungan keluarga (*p value* 0,001) dengan perilaku pengendalian hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Rawalo.
3. Terdapat pengaruh antara pengetahuan (OR = 12,539) dan dukungan keluarga (OR = 24,576) dengan perilaku pengendalian hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Rawalo.
4. Variabel yang paling dominan mempengaruhi perilaku pengendalian hipertensi adalah dukungan keluarga dengan nilai OR 24,576 yang berarti bahwa lansia penderita hipertensi yang mendapatkan dukungan keluarga memiliki kemungkinan 24,576 kali lebih besar untuk melakukan perilaku pengendalian hipertensi dibandingkan dengan lansia yang tidak mendapatkan dukungan keluarga.

B. Saran

1. Bagi Masyarakat

Bagi masyarakat khususnya penderita hipertensi diharapkan meningkatkan dan mempertahankan perilaku pengendalian hipertensi yang baik untuk mencegah peningkatan tekanan darah, mencegah komplikasi,

dan mencegah kematian akibat hipertensi. Pengendalian hipertensi yang dapat dilakukan yaitu rutin melakukan pemeriksaan tekanan darah, minum obat anti hipertensi secara teratur, dan menerapkan pola hidup sehat seperti mengonsumsi makanan bergizi seimbang, menjaga berat badan ideal, olahraga secara teratur, dan berhenti merokok.

Bagi keluarga penderita hipertensi diharapkan untuk meningkatkan dukungan instrumental kepada penderita hipertensi berupa pertolongan praktis dan konkret seperti keuangan, waktu, makanan, dan minuman agar hipertensi dapat dikendalikan dengan baik.

2. Bagi Puskesmas Rawalo

Memberikan edukasi kepada penderita hipertensi dan keluarga untuk meningkatkan dan mempertahankan perilaku pengendalian hipertensi yang baik untuk mencegah peningkatan tekanan darah, mencegah komplikasi, dan mencegah kematian akibat hipertensi dengan rutin melakukan pemeriksaan tekanan darah, minum obat anti hipertensi secara teratur, dan menerapkan pola hidup sehat seperti mengonsumsi makanan bergizi seimbang, menjaga berat badan ideal, olahraga secara teratur, dan berhenti merokok.

3. Bagi Jurusan Kesehatan Masyarakat

Melakukan upaya untuk meningkatkan perilaku pengendalian hipertensi sehingga dapat mencegah peningkatan tekanan darah, mencegah komplikasi, dan mencegah kematian akibat hipertensi serta upaya yang dapat dilakukan untuk mempertahankan perilaku pengendalian hipertensi yang sudah baik melalui penyuluhan dan kampanye kesehatan dengan metode yang menarik.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat melakukan pengembangan penelitian dengan menggali faktor yang mempengaruhi perilaku pengendalian hipertensi dengan meneliti variabel yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti keterjangkauan pelayanan kesehatan, dukungan tokoh masyarakat, dan dukungan petugas kesehatan.