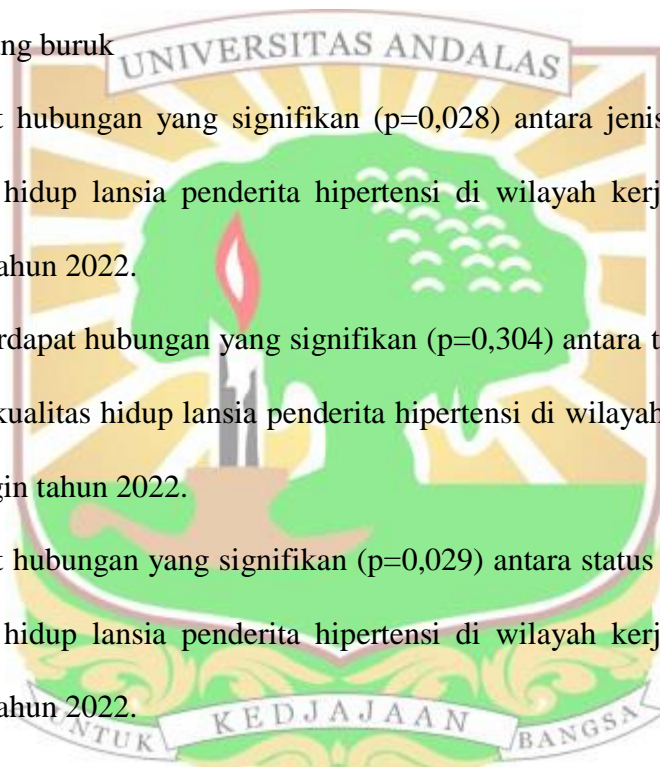


BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin tahun 2022, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Lebih dari separuh lansia penderita hipertensi (52,5%) memiliki kualitas hidup yang buruk
2. Terdapat hubungan yang signifikan ($p=0,028$) antara jenis kelamin dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin tahun 2022.
3. Tidak terdapat hubungan yang signifikan ($p=0,304$) antara tingkat pendidikan dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin tahun 2022.
4. Terdapat hubungan yang signifikan ($p=0,029$) antara status pekerjaan dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin tahun 2022.
5. Terdapat hubungan yang signifikan ($p=0,035$) antara status pernikahan dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin tahun 2022.
6. Tidak terdapat hubungan yang signifikan ($p=0,467$) antara lama hipertensi dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin tahun 2022.



7. Terdapat hubungan yang signifikan ($p=0,003$) antara kepatuhan minum obat dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin tahun 2022.
8. Terdapat hubungan yang signifikan ($p=0,014$) antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin tahun 2022.
9. Terdapat hubungan yang signifikan ($p=0,025$) antara aktivitas fisik dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin tahun 2022.
10. Kepatuhan Minum Obat merupakan variabel yang paling dominan berhubungan dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin tahun 2022 dengan nilai $OR=3,452$.

6.2 Saran

1. Diharapkan kepada Puskesmas Air Dingin untuk dapat membuat kartu ceklis minum obat yang harus diisi setiap kali lansia penderita hipertensi minum obat dan dievaluasi setiap bulannya saat lansia berobat rutin, melakukan upaya promotif dan preventif seperti memberikan penyuluhan mengenai hipertensi dan pengobatan yang harus dijalani dengan media leaflet atau brosur, memasang poster di ruang tunggu yang berisi informasi mengenai hipertensi seperti pencegahan hipertensi dengan CERDIK (Cek kesehatan secara rutin, enyahkan asap rokok, rajin aktivitas fisik, diet seimbang, istirahat cukup, dan kelola stress) . Kemudian mengaktifkan senam lansia pada setiap posyandu lansia serta meningkatkan peran serta anggota keluarga dalam pengobatan hipertensi dengan membentuk, melatih dan membina *caregivers* di lingkup keluarga lansia.

2. Diharapkan kepada keluarga lansia penderita hipertensi untuk aktif berperan sebagai *caregivers* seperti mengingatkan lansia jadwal minum obat dan cek kesehatan ke puskesmas, mendampingi lansia berobat, membantu lansia untuk terus produktif dan melakukan aktivitas fisik sesuai dengan kondisi kesehatan serta kemampuan fungsional. Bagi lansia yang masih mampu melakukan aktivitas fisik, keluarga dapat membantu lansia untuk dapat mengikuti senam, baik yang diadakan oleh pihak puskesmas maupun senam individu di rumah. Bagi lansia yang tidak lagi mampu melakukan aktivitas fisik keluarga dapat membantu lansia untuk melakukan kegiatan yang tidak memerlukan tenaga besar seperti berjemur, mencabut rumput di halaman, ataupun melakukan kegiatan produktif lain yang tidak memerlukan tenaga besar seperti menjahit, menulis, menggambar, menanam dan menyiram bunga.
3. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat memperbanyak variabel lain yang mungkin berhubungan dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi dan dengan menggunakan instrumen pengukuran kualitas hidup yang lain seperti SF-36, EQ-5D dan lain-lain.

