

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan kepatuhan tentang diet, pengobatan dan aktivitas fisik terhadap pengendalian tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Belimbing Padang, peneliti mendapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Lebih dari separoh lansia penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Belimbing Padang memiliki tekanan darah yang tidak terkontrol.
2. Lebih dari separoh lansia penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Belimbing Padang memiliki kepatuhan diet sedang.
3. Lebih dari separoh lansia penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Belimbing Padang memiliki kepatuhan pengobatan yang rendah.
4. Kurang dari separoh lansia penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Belimbing Padang kurang aktif dalam melakukan aktivitas fisik.
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan diet terhadap pengendalian tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Belimbing Padang dengan nilai $p = 0,000$.
6. Terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan pengobatan terhadap pengendalian tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Belimbing Padang dengan nilai $p = 0,000$.

7. Terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik terhadap pengendalian tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Belimbing Padang dengan nilai $p = 0,000$.
8. Faktor yang paling dominan dengan pengendalian tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Belimbing Padang adalah kepatuhan pengobatan dengan nilai $p=0,000$.

B. Saran

Terkait dengan kesimpulan hasil penelitian, ada beberapa hal yang dapat disarankan demi keperluan pengembangan hasil penelitian hubungan kepatuhan tentang diet, pengobatan dan aktivitas fisik terhadap pengendalian tekanan darah di wilayah kerja puskesmas Belimbing Padang adalah sebagai berikut:

1. Bagi Puskesmas
 - a. Bagi tenaga kesehatan yang berada di puskesmas diharapkan agar dapat memberikan pendidikan kesehatan berupa penyuluhan terkait hipertensi dan pentingnya menjaga tekanan darah agar tetap terkendali karena masih banyaknya responden yang tekanan darahnya tidak terkendali dan rendahnya kepatuhan tentang diet, pengobatan serta aktivitas fisik responden. Dengan adanya kegiatan tersebut diharapkan masyarakat dapat memeriksakan tekanan darah secara rutin dan tetap menjaga pola makan sesuai yang disarankan bagi penderita hipertensi, meminum obat antihipertensi dan melakukan aktivitas fisik secara teratur.

- b. Memperbanyak media yang digunakan dalam menyampaikan informasi kepada masyarakat yaitu dapat berupa poster, leaflet, booklet, pamflet, brosur, lembar balik dan lain-lain. Media dapat membantu masyarakat untuk lebih memahami informasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan.
 - c. Tenaga kesehatan di puskesmas diharapkan dapat memotivasi masyarakat untuk dapat mengikuti kegiatan-kegiatan yang diadakan puskesmas Belimbing Padang seperti posyandu lansia dan senam lansia dan pemeriksaan kesehatan lansia.
2. Bagi pendidikan keperawatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi dan bahan bacaan bagi mahasiswa keperawatan untuk meningkatkan pengembangan ilmu pengetahuan mengenai kepatuhan diet, pengobatan dan aktivitas fisik terhadap tekanan darah.
 3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan agar dapat menggali lagi faktor risiko yang dapat mempengaruhi tekanan darah penderita hipertensi selain kepatuhan diet, pengobatan dan aktivitas fisik.