

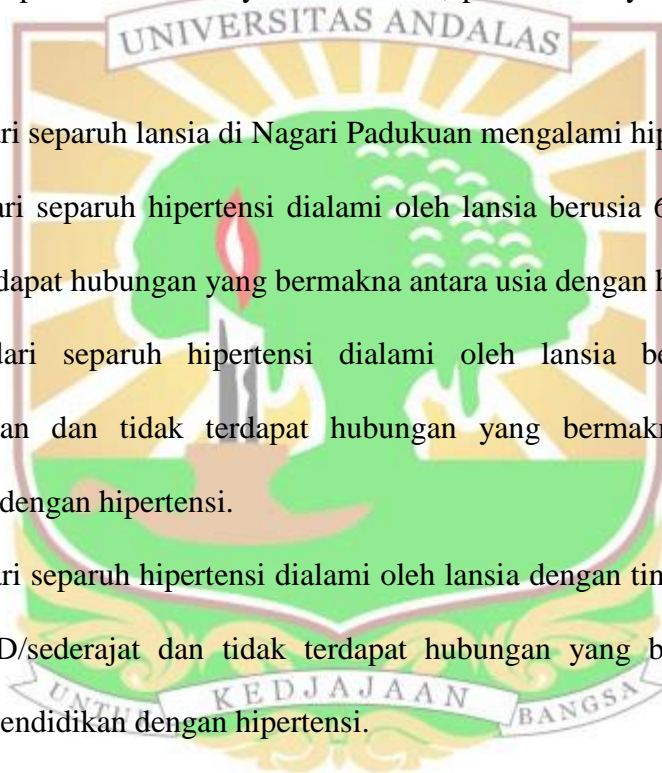
## BAB VII

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan faktor-faktor risiko hipertensi pada lansia di Nagari Padukuan Wilayah Kerja Puskesmas Sitiung II Kabupaten Dharmasraya Tahun 2016, peneliti menyimpulkan sebagai berikut :

1. Lebih dari separuh lansia di Nagari Padukuan mengalami hipertensi.
2. Lebih dari separuh hipertensi dialami oleh lansia berusia 60-74 tahun dan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara usia dengan hipertensi.
3. Lebih dari separuh hipertensi dialami oleh lansia berjenis kelamin perempuan dan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan hipertensi.
4. Lebih dari separuh hipertensi dialami oleh lansia dengan tingkat pendidikan tamat SD/ sederajat dan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pendidikan dengan hipertensi.
5. Lebih dari separuh hipertensi dialami oleh lansia dengan tidak berkerja dan terdapat hubungan yang bermakna antara jenis pekerjaan dengan hipertensi.
6. Lebih dari separuh hipertensi dialami oleh lansia dengan tidak memiliki riwayat hipertensi keluarga dan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara riwayat hipertensi keluarga dengan hipertensi.



7. Lebih dari separuh hipertensi dialami oleh lansia dengan tidak obesitas dan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara status obesitas dengan hipertensi.
8. Lebih dari separuh hipertensi dialami oleh lansia dengan tingkat aktivitas fisik sedang dan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat aktivitas fisik dengan hipertensi.
9. Lebih dari separuh hipertensi dialami oleh lansia dengan tingkat stres normal dan terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan hipertensi.
10. Lebih dari separuh hipertensi dialami oleh lansia dengan tidak merokok dan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan merokok dengan hipertensi.
11. Faktor yang paling dominan dengan hipertensi pada lansia di Nagari Padukuan Wilayah Kerja Puskesmas Sitiung II Kabupaten Dharmasraya adalah tingkat stres dengan nilai  $p < 0,05$  (0,007) dan koefisien  $B = 0,858$ .

## B. Saran

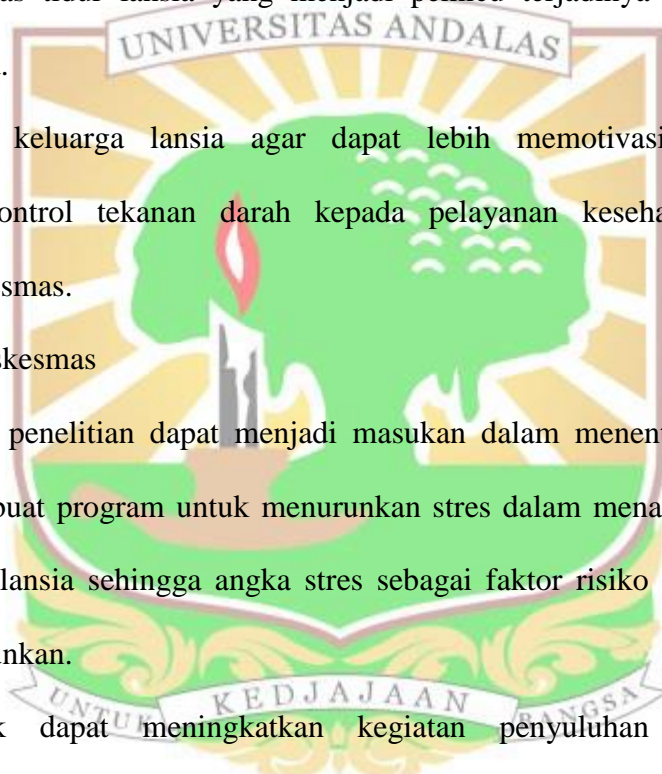
Berhubungan dengan kesimpulan hasil penelitian, ada beberapa hal yang dapat disarankan demi keperluan pengembangan hasil penelitian mengenai hubungan faktor-faktor risiko hipertensi pada lansia di Nagari Padukuan Wilayah Kerja Puskesmas Sitiung II Kabupaten Dharmasraya Tahun 2016 adalah sebagai berikut :

1. Bagi Masyarakat

- a. Pada lansia agar dapat mengontrol tingkat stres dengan baik, seperti rutin mengikuti kegiatan puskesmas misalnya senam lansia dan posyandu lansia yang diadakan oleh pihak puskesmas tiap minggu.
- b. Pada keluarga lansia agar dapat menciptakan suasana yang tenang dan tidak memberikan tekanan pada lansia yang dapat mempengaruhi kualitas tidur lansia yang menjadi pemicu terjadinya hipertensi pada lansia.
- c. Pada keluarga lansia agar dapat lebih memotivasi lansia dalam mengontrol tekanan darah kepada pelayanan kesehatan seperti ke puskesmas.

2. Bagi Puskesmas

- a. Hasil penelitian dapat menjadi masukan dalam menentukan kebijakan membuat program untuk menurunkan stres dalam menangani hipertensi pada lansia sehingga angka stres sebagai faktor risiko hipertensi dapat diturunkan.
- b. Untuk dapat meningkatkan kegiatan penyuluhan dalam upaya meningkatkan kualitas tidur pada lansia yang menjadi pemicu timbulnya stres pada lansia
- c. Bagi puskesmas dapat lebih rutin dalam melaksanakan kegiatan senam dan posyandu lansia tiap minggu untuk mengisi waktu luang lansia agar lansia dapat mengalihkan rasa stres yang dialaminya.



- d. Untuk tenaga kesehatan, diharapkan dapat lebih meningkatkan program-program kesehatan lansia berupa penyuluhan mengenai penyakit-penyakit tidak menular pada umumnya dan penyakit hipertensi pada khususnya, karena dapat dilihat bahwa angka hipertensi beberapa tahun terakhir menjadi penyakit yang paling banyak terjadi pada lansia.
- e. Bagi pihak puskesmas dapat meningkatkan daya tarik bagi masyarakat lansia dalam peningkatan kesadaran memeriksakan kesehatannya ke pelayanan kesehatan, seperti memperbanyak media misalnya poster atau lembar balik mengenai hipertensi sehingga terus dapat terpantau perkembangan kesehatan lansia.

### 3. Bagi Pendidikan Keperawatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan tambahan referensi dan bahan bacaan bagi mahasiswa keperawatan untuk meningkatkan pengembangan ilmu pengetahuan mengenai hubungan faktor-faktor risiko hipertensi pada lansia.

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggali lagi faktor-faktor risiko yang berhubungan dengan hipertensi pada lansia.