

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Tahun 2016 dapat disimpulkan bahwa:

1. Hampir setengah penduduk dewasa mengalami hipertensi .
2. Sebagian kecil penduduk dewasa memiliki riwayat hipertensi dalam keluarga.
3. Hampir setengah penduduk dewasa mengalami obesitas .
4. Hampir seluruh penduduk dewasa memiliki kebiasaan olah raga kurang baik .
5. Hampir setengah penduduk dewasa memiliki kebiasaan merokok lebih dari 20 tahun.
6. Sebagian kecil penduduk dewasa mengalami gangguan mental emosional.
7. Terdapat hubungan antara riwayat keluarga dengan hipertensi dengan kejadian hipertensi ($p = 0,01$).
8. Terdapat hubungan antara obesitas dengan kejadian hipertensi ($p = 0,00$).
9. Terdapat hubungan antara kebiasaan olahraga dengan kejadian hipertensi ($p = 0,00$).



10. Tidak terdapat hubungan antara lama merokok dengan kejadian hipertensi ($p = 0,24$).
11. Tidak terdapat hubungan antara gangguan mental emosional dengan kejadian hipertensi ($p = 1,00$).
12. Faktor resiko dominan yang berhubungan dengan kejadian hipertensi yaitu riwayat keluarga, obesitas dan olah raga.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka saran yang dapat disampaikan adalah sebagai berikut :

1. Dinas Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan bagi Dinas Kesehatan khususnya di kota Padang, agar dapat membuat kebijakan untuk mengendalikan angka kejadian hipertensi.

2. Puskesmas

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan bagi pusat pelayanan kesehatan, khususnya Puskesmas, untuk menyusun program promosi kesehatan untuk mengendalikan faktor risiko hipertensi dalam rangka menurunkan angka kejadian hipertensi.

Promosi kesehatan diharapkan dapat memelihara, meningkatkan dan melindungi kesehatan diri serta kondisi lingkungan sosial, diintervensi dengan kebijakan publik, serta dengan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai perilaku hidup sehat dalam pengendalian hipertensi.



Dari segi preventif dengan cara larangan merokok, peningkatan gizi seimbang dan aktifitas fisik untuk mencegah timbulnya faktor resiko menjadi lebih buruk dan menghindari terjadinya rekurensi (kambuh) faktor resiko.

Dari segi kuratif dilakukan melalui pengobatan farmakologis dan tindakan yang diperlukan. Kematian mendadak yang menjadi kasus utama diharapkan berkurang dengan dilakukannya pengembangan manajemen kasus dan penanganan kegawat daruratan disemua tingkat pelayanan dengan melibatkan organisasi profesi, pengelola program dan pelaksana pelayanan yang dibutuhkan dalam pengendalian hipertensi.

Rehabilitasi dilakukan agar penderita tidak jatuh pada keadaan yang lebih buruk dengan melakukan kontrol teratur. Komplikasi serangan hipertensi yang fatal dapat diturunkan dengan mengembangkan manajemen rehabilitasi kasus kronis dengan melibatkan unsur organisasi profesi, pengelola program dan pelaksana pelayanan di berbagai tingkatan.



3. Perawat

Program promosi kesehatan yang dapat dilakukan kepada subjek penelitian adalah menyebarkan poster dan leaflet yang mempromosikan gaya hidup sehat untuk mencegah hipertensi dan membiasakan olahraga ideal dengan tetap memperhatikan pola makan istirahat yang cukup dan mengendalikan stres. Melakukan *screening*

terhadap kejadian hipertensi akan lebih efektif sehingga dapat mencegah komplikasi. Membentuk Posyandu untuk kelompok dewasa sebagai sarana yang tepat mendeteksi dan mengontrol kejadian hipertensi dimasyarakat.

4. Masyarakat

Hasil penelitian diharapkan dapat meningkatkan kesadaran subjek penelitian akan risiko kejadian hipertensi di lingkungan tempat tinggalnya dan faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian hipertensi

5. Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan bagi institusi pendidikan, khususnya bagian keperawatan komunitas yang dapat bekerjasama dengan mahasiswa untuk meningkatkan strategi intervensi keperawatan untuk mengendalikan faktor risiko hipertensi.

6. Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya agar menggunakan metode yang dapat menghindarkan atau meminimalkan adanya *recall* bias. Selain itu, diharapkan dapat meneliti variabel yang belum diteliti seperti stress, konsumsi makanan berlemak, kopi, alkohol dan menggunakan rancangan penelitian yang berbeda seperti studi *kohort*, *case control* dan *mix method*.

