

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Puskesmas Kota Padang tahun 2018 dapat disimpulkan bahwa :

1. Lebih dari setengah responden menderita hipertensi derajat II
2. Hampir sebagian responden berjenis kelamin perempuan mengalami hipertensi
3. Hampir sebagian responden memiliki riwayat keluarga dengan hipertensi
4. Hampir sebagian responden termasuk dalam kategori perokok pasif
5. Hampir sebagian responden memiliki kebiasaan olahraga yang buruk
6. Hampir sebagian responden mengalami tingkat stress sedang
7. Terdapat hubungan antara stress dengan derajat hipertensi
8. Terdapat hubungan antara kebiasaan olahraga dengan derajat hipertensi
9. Terdapat hubungan antara kebiasaan merokok dengan derajat hipertensi
10. Terdapat hubungan antara riwayat keluarga dengan derajat hipertensi
11. Terdapat hubungan antara obesitas dengan derajat hipertensi
12. Tidak terdapat hubungan jenis kelamin dengan derajat hipertensi
13. Tidak terdapat hubungan usia dengan derajat hipertensi

B. Saran

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

1. Puskesmas

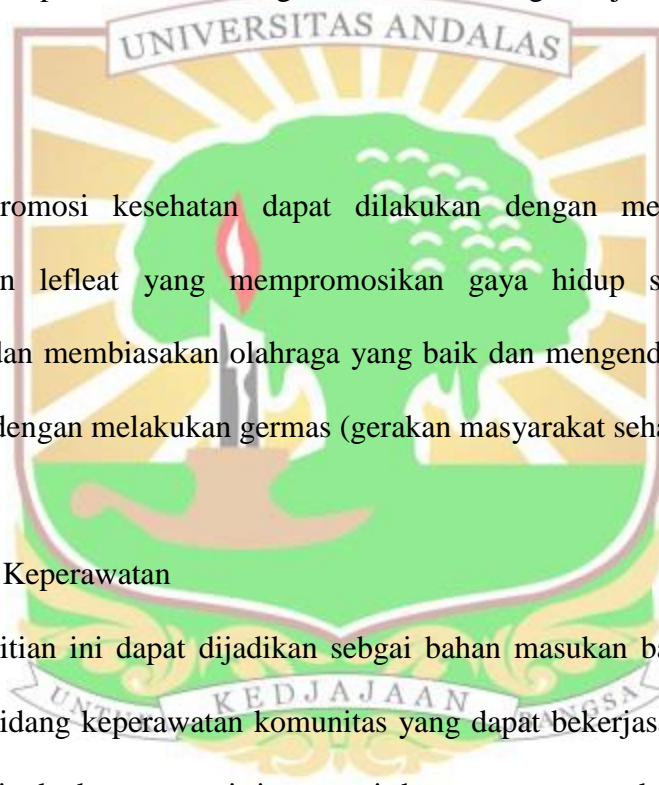
Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan bagi pelayanan kesehatan khususnya untuk program promosi kesehatan agar dapat mengendalikan faktor risiko hipertensi dalam rangka menurunkan angka kejadian hipertensi.

2. Perawat

Program promosi kesehatan dapat dilakukan dengan menyebarkan poster dan membagikan leaflet yang mempromosikan gaya hidup sehat untuk mencegah hipertensi dan membiasakan olahraga yang baik dan mengendalikan faktor stress dan dapat juga dengan melakukan germas (gerakan masyarakat sehat)

3. Pendidikan Keperawatan

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



4. Peneliti selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya agar dapat memperluas tempat penelitian. Selain itu, juga diharapkan agar dapat meneliti variabel yang belum diteliti seperti konsumsi makanan lemak, konsumsi alkoho, konsumsi kopi dan menggunakan rancangan penelitian yang berbeda misalnya, *case control*, *mix method*, *study kohort*.

