

BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

6.1. Kesimpulan

1. Sebagian lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas menderita hipertensi.
2. Sebagian lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas memiliki tingkat stress normal.
3. Sebagian lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas memiliki tingkat kecukupan asupan vitamin A yang baik .
4. Sebagian lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas memiliki tingkat kecukupan asupan vitamin C yang baik.
5. Seluruh lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas memiliki tingkat kecukupan asupan vitamin E yang kurang.
6. Terdapat hubungan yang signifikan ($p \leq 0,05$) antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas Tahun 2024
7. Tidak terdapat hubungan yang signifikan ($p > 0,05$) antara asupan vitamin A dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas Tahun 2024.
8. Tidak terdapat hubungan yang signifikan ($p > 0,05$) antara asupan vitamin C dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas Tahun 2024.
9. Tidak terdapat hubungan yang signifikan ($p > 0,05$) antara asupan vitamin E dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas Tahun 2024.

6.2. Saran

1. Bagi lansia untuk dapat meningkatkan konsumsi vitamin dan mineral terutama yang berperan sebagai antioksidan. Meskipun dalam penelitian tidak terdapat hubungan yang signifikan, peran vitamin A, vitamin C, dan vitamin E sangat penting untuk menjaga daya tahan tubuh dan mencegah terjadinya stress oksidatif yang akan menyebabkan vasodilatasi.
2. Bagi Puskesmas untuk terus meningkatkan tindakan promosi kesehatan, pengawasan, dan evaluasi terkait program-program kesehatan terutama terkait kejadian hipertensi dan kesehatan lansia. Selain itu, diharapkan juga terjalannya kerjasama lintas sektor dalam penanganan kejadian hipertensi.
3. Bagi peneliti selanjutnya untuk mempertimbangkan penggunaan instrumen yang lebih akurat dan efisien dalam mengukur asupan responden. Selain itu, peneliti selanjutnya diharapkan juga dapat mempertimbangkan faktor resiko lain yang juga mempengaruhi tekanan darah.

