

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Setelah dilakukan penelitian mengenai faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kalikajar I Kabupaten Wonosobo terhadap 48 responden, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Sebagian besar tingkat hipertensi yang dialami responden tergolong kedalam kategori hipertensi tingkat 1, sebanyak 20 responden (41,7%), tingkat 2 sebanyak 12 responden (25%) dan tingkat 3 sebanyak 16 responden (33,3%).
2. Sebagian besar responden hipertensi tergolong usia, lansia sebanyak 26 responden (54.2%), usia remaja sebanyak 2 responden (4.2%), usia dewasa sebanyak 15 responden (31.2%), dan usia manula sebanyak 5 responden (10.4%).
3. Sebanyak 36 responden (75%) berjenis kelamin perempuan dan responden laki-laki sebanyak 12 responden (25%).
4. Sebagian besar responden memiliki riwayat keluarga dengan hipertensi, sebanyak 34 responden (70,8%) dan 14 responden (29,2%) tidak memiliki riwayat keluarga dengan hipertensi
5. Aktivitas fisik responden tergolong kedalam kategori kurang baik, sebanyak 29 responden (60,4%) dan responden dengan aktivitas fisik baik sebanyak 19 responden (39,6%).

6. Responden dengan obesitas sebanyak 23 responden (52,1%) dan responden yang tidak obesitas sebanyak 25 responden (52,1%).
7. Asupan garam responden tergolong kedalam kategori normal sebanyak 20 responden (64,6%) dan responden dengan asupan garam tidak normal sebanyak 17 responden (35,4%).

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan tersebut, maka penulis menyarankan :

1. Bagi masyarakat yang memiliki penyakit hipertensi agar selalu menjaga pola hidup sehat seperti beraktivitas fisik secara rutin dengan berolahraga atau senam agar tidak mengalami obesitas, sehingga tingkat kejadian hipertensi menurun, memperhatikan faktor-faktor yang dapat meningkatkan keparahan hipertensi, serta cek tekanan darah secara berkala di Puskesmas ataupun Posbindu.
2. Instansi kesehatan terkait perlu menindaklanjuti permasalahan hipertensi di wilayah kerja puskesmas, seperti melakukan penyuluhan mengenai faktor penyebab hipertensi, serta melakukan skrining atau deteksi dini agar dapat meminimalkan tingkat keparahan dan kejadian hipertensi.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan bisa meneliti faktor lain yang belum ada di penelitian ini sehingga menghasilkan hasil yang optimal.