

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Gambaran karakteristik usia pada lansia di Desa Caturanom yaitu mayoritas lansia umur 45-59 tahun sebanyak 56 orang (65,1%).
2. Gambaran karakteristik jenis kelamin pada lansia di Desa Caturanom yaitu sama besarnya baik yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 43 orang (50%) maupun berjenis kelamin perempuan 43 orang (50%).
3. Gambaran karakteristik pekerjaan lansia di Desa Caturanom yaitu mayoritas lansia bekerja sebagai buruh sebanyak 29 orang (33,7%).
4. Gambaran aktivitas fisik pada lansia di Desa Caturanom yaitu lansia yang mempunyai aktivitas fisik ringan sebanyak 17 orang (19,8%), sedangkan lansia yang mempunyai aktivitas fisik sedang sebanyak 40 orang (46,5%), dan lansia yang mempunyai aktivitas fisik berat sebanyak 29 orang (33,7%).
5. Gambaran merokok pada lansia di Desa Caturanom yaitu lansia yang tidak merokok sebanyak 40 orang (46,5%%) sedangkan lansia yang tidak merokok sebanyak 46 orang (53,5%).

6. Gambaran obesitas pada lansia di Desa Caturanom yaitu lansia mengalami obesitas yaitu sebanyak 50 orang (58,1%) dan lansia yang tidak mengalami obesitas sebanyak 36 orang (41,9%).
7. Gambaran tekanan darah pada lansia di Desa Caturanom yaitu mayoritas lansia menderita penyakit hipertensi sebanyak 48 orang (55,8%).
8. Tidak ada hubungan antara Aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada lansia di Desa Caturanom dengan nilai $p=0,357$.
9. Tidak ada hubungan antara merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia di Desa Caturanom dengan nilai $p=0,110$.
10. Ada hubungan antara obesitas dengan kejadian hipertensi pada lansia di Desa Caturanom dengan nilai $p=0,000$.

B. Saran

1. Bagi Lansia di Desa Caturanom

Lansia di Desa Caturanom sebaiknya lebih memperhatikan kesehatan diri sendiri yaitu dengan cara mengontrol atau mengurangi faktor-faktor yang dapat menyebabkan hipertensi dan menjaga modifikasi gaya hidup guna mencegah banyak kondisi kesehatan yang kronis salah satunya hipertensi.

2. Bagi Petugas Kesehatan

Peneliti berharap supaya petugas kesehatan khususnya bidan desa serta kader posyandu lansia untuk selalu memberikan penyuluhan atau promosi kesehatan yang ada hubungannya dengan obesitas serta

pentingnya modifikasi gaya hidup yang sehat guna mencegah terkena penyakit kardiovaskular khususnya hipertensi.

3. Bagi Peneliti Lain

Peneliti berharap supaya hasil dari penelitian ini bisa menjadikan suatu pedoman atau literatur tambahan dalam penelitian-penelitian selanjutnya dengan variabel yang sama atau mungkin dengan faktor-faktor lain yang berhubungan dengan hipertensi. Selain itu alangkah baiknya sampel yang digunakan dalam penelitian selanjutnya bukan hanya pada lansia saja.