

## BAB V PENUTUP

### A. Simpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan dari penelitian yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa :

1. Gambaran karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin didapatkan hasil yaitu responden dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 166 responden (63,8 %) dan responden laki-laki sebanyak 94 responden (36,2%).
2. Gambaran Aktivitas fisik pada lansia didapatkan hasil bahwa responden yang melakukan aktivitas fisik ringan lebih banyak daripada responden yang melakukan aktivitas fisik berat yaitu sebanyak 199 responden (76,5%).
3. Gambaran Pola makan responden paling banyak yaitu responden dengan pola makan yang sudah baik sebanyak 146 responden (56,2 %).
4. Gambaran riwayat hipertensi pada responden yaitu paling banyak tidak memiliki riwayat di keluarganya sebanyak 178 responden (68,5 %).
5. Gambaran kebiasaan merokok pada responden dapat diketahui bahwa responden yang merokok daripada responden yang tidak merokok yaitu sebanyak 211 responden (81,2 %).
6. Ada hubungan antara jenis kelamin dengan kejadian hipertensi pada lansia di Desa Bakaran Kulon, Kecamatan Juwana, Kabupaten Pati. Hasil Uji *Chi Square* didapatkan hasil  $p\ value = 0,0001$
7. Ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada lansia di Desa Bakaran Kulon, Kecamatan Juwana, Kabupaten Pati. Hasil Uji *Fisher Exact Test* didapatkan hasil  $P\ value = 0,006$
8. Tidak ada hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Desa Bakaran Kulon, Kecamatan Juwana, Kabupaten Pati. Hasil Uji *Chi Square* didapatkan hasil  $p\ value = 0,494$

- 9 Ada hubungan antara riwayat hipertensi dengan kejadian hipertensi pada lansia di Desa Bakaran Kulon, Kecamatan Juwana, Kabupaten Pati. Hasil Uji *Chi Square* didapatkan hasil *p value* = 0,0001
- 10 Ada hubungan antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia di Desa Bakaran Kulon, Kecamatan Juwana, Kabupaten Pati. Hasil Uji *Chi Square* didapatkan hasil *p value* = 0,0001

## **B. Saran**

- 1 Bagi Kader Posyandu Lansia Desa Bakaran Kulon

Perlu adanya kegiatan rutin yang diadakan oleh kader posyandu didampingi oleh tim kesehatan dari puskesmas agar mengadakan senam lansia pada saat dilakukan posyandu lansia.

- 2 Bagi peneliti selanjutnya

Perlu adanya penelitian selanjutnya yang dapat menganalisis secara lebih jelas mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kejadian hipertensi antara lain, mempertimbangkan ulang jika pengukuran pola makan menggunakan food recall 24 jam untuk lansia, ketika pengukuran tekanan darah menggunakan tensi digital semua agar hasilnya akurat, dan menggunakan penelitian kualitatif dengan metode triangulasi