BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Gambaran hipertensi pada lansia di wilayah kerja puskesmas lerep yang dilakukan melalui observasi data sekunder terhadap 230 lansia penderita hipertensi, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas lansia yang mengalami hipertensi adalah perempuan, yaitu sebanyak 132 orang (57,4%), sedangkan responden laki-laki sebanyak 98 orang (42,6%). Hal ini menunjukkan bahwa kejadian hipertensi pada lansia lebih banyak ditemukan pada perempuan.
2. Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan terakhir Sekolah Dasar (SD), yaitu sebanyak 101 orang (43,9%). Temuan ini menggambarkan bahwa hipertensi pada lansia lebih banyak terjadi pada kelompok dengan tingkat pendidikan rendah.
3. Berdasarkan jenis pekerjaan, mayoritas responden bekerja sebagai ibu rumah tangga (IRT) atau pensiunan, yaitu sebanyak 151 orang (65,7%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia penderita hipertensi tidak lagi memiliki aktivitas pekerjaan yang berat.
4. Berdasarkan riwayat keluarga hipertensi, sebagian besar responden memiliki riwayat keluarga hipertensi, yaitu sebanyak 160 orang (69,6%). Temuan ini menunjukkan bahwa faktor genetik berperan dalam kejadian hipertensi pada lansia.

5. Berdasarkan derajat hipertensi, sebagian besar responden mengalami hipertensi derajat 1, yaitu sebanyak 166 orang (72,2%), sedangkan responden dengan hipertensi derajat 2 sebanyak 64 orang (27,8%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas lansia berada pada tahap awal hipertensi, meskipun tetap memerlukan perhatian dan pengendalian yang berkelanjutan.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan gambaran bahwa hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lerep merupakan masalah kesehatan yang cukup tinggi, dengan mayoritas penderita berada pada kategori hipertensi derajat 1 serta dipengaruhi oleh karakteristik demografis dan faktor risiko tertentu, seperti jenis kelamin, tingkat pendidikan, jenis pekerjaan, dan riwayat keluarga hipertensi.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Gambaran Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lerep, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Puskesmas Lerep

   Diharapkan Puskesmas Lerep dapat meningkatkan upaya promotif dan preventif dalam pengendalian hipertensi pada lansia, seperti edukasi kesehatan mengenai pola hidup sehat, pengaturan pola makan rendah garam, serta pentingnya aktivitas fisik yang sesuai dengan kondisi lansia. Selain itu, perlu dilakukan pemantauan tekanan darah secara rutin dan berkelanjutan melalui kegiatan posyandu lansia untuk mencegah peningkatan derajat hipertensi.

2. Bagi Lansia

Lansia diharapkan dapat lebih memperhatikan kondisi kesehatannya dengan melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin, mematuhi anjuran tenaga kesehatan, serta menerapkan pola hidup sehat, seperti menjaga pola makan, berolahraga ringan secara teratur, dan menghindari faktor risiko yang dapat memperburuk kondisi hipertensi.

3. Bagi Keluarga Lansia

   Keluarga diharapkan dapat berperan aktif dalam mendukung lansia, terutama bagi lansia yang memiliki riwayat keluarga hipertensi, dengan memberikan perhatian, pendampingan, serta motivasi untuk menjalani pola hidup sehat dan rutin melakukan pemeriksaan kesehatan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan hipertensi pada lansia, seperti pola makan, aktivitas fisik, kepatuhan minum obat, dan gaya hidup. Selain itu, disarankan menggunakan desain penelitian analitik agar dapat mengetahui hubungan antara faktor risiko dengan kejadian hipertensi pada lansia.