

## **BAB VI**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **6.1. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik lansia di Posyandu Lansia Kelurahan Vim Wilayah Kerja Puskesmas Kotaraja terbanyak dalam kategori lansia (60-65 tahun), berjenis kelamin perempuan, berpendidikan SMA dan tidak bekerja.
2. Lansia di Posyandu Lansia Kelurahan Vim Wilayah Kerja Puskesmas Kotaraja terbanyak memiliki riwayat hipertensi, tidak sering konsumsi garam, bukan perokok, aktifitas fisik dalam kategori ringan dan status gizi normal. Kepatuhan minum obat anti hipertensi yang dilakukan lansia dalam kategori tinggi.
3. Kejadian hipertensi pada lansia di Posyandu Lansia Kelurahan Vim Wilayah Kerja Puskesmas Kotaraja terbanyak dalam kategori derajat hipertensi I, derajat hipertensi II dan derajat hipertensi III.
4. Tidak ada hubungan umur lansia dengan kejadian hipertensi Pada Lanjut Usia di Posyandu Lansia Kelurahan Vim Wilayah Kerja Puskesmas Kotaraja.
5. Tidak ada hubungan jenis kelamin lansia dengan kejadian hipertensi Pada Lanjut Usia di Posyandu Lansia Kelurahan Vim Wilayah Kerja Puskesmas Kotaraja.

6. Tidak ada hubungan riwayat hipertensi lansia dengan kejadian hipertensi pada lanjut usia di Posyandu Lansia Kelurahan Vim wilayah kerja Puskesmas Kotaraja.
7. Ada hubungan konsumsi garam dengan kejadian hipertensi Pada Lanjut Usia di Posyandu Lansia Kelurahan Vim Wilayah Kerja Puskesmas Kotaraja.
8. Tidak ada hubungan kebiasaan merokok lansia dengan kejadian hipertensi pada lanjut usia di Posyandu Lansia Kelurahan Vim Wilayah Kerja Puskesmas Kotaraja.
9. Ada hubungan aktifitas fisik lansia dengan kejadian hipertensi pada lanjut usia di Posyandu Lansia Kelurahan Vim Wilayah Kerja Puskesmas Kotaraja.
10. Ada hubungan status gizi lansia dengan kejadian hipertensi pada lanjut usia di Posyandu Lansia Kelurahan Vim Wilayah Kerja Puskesmas Kotaraja.
11. Tidak ada hubungan kepatuhan minum obat anti hipertensi dengan kejadian hipertensi pada lanjut usia di Posyandu Lansia Kelurahan Vim Wilayah Kerja Puskesmas Kotaraja.

## **6.2. Saran**

1. Bagi Masyarakat dan Lansia

Bagi lansia agar dapat berhenti merokok, mengurangi konsumsi garam, menjaga berat badan ideal dengan aktifitas fisik yang ringan dan

sedang. Selain itu keluarga dapat membantu lansia dalam pemenuhan asupan gizi dengan diet rendah garam.

#### 2. Bagi Puskesmas

Melakukan upaya promotif melalui program KIE dalam tatanan keluarga dan lansia dalam mencegah hipertensi sejak dini melalui pedoman umum gizi seimbang serta meningkatkan motivasi lansia dalam tetaur berobat serta rutin beraktifitas fisik yang telah dilaksanakan di Posyandu lansia.

#### 3. Bagi Institusi Pendidikan

Melakukan kajian tentang faktor lain yang menjadi penyebab terjadinya hipertensi melalui perbaikan manajemen keperawatan pada keluarga terutama lansia dalam mencegah hipertensi.

#### 4. Bagi Peneliti selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dan pendoman dalam melakukan penelitian dengan mengganti variabel lain yang telah diteliti di Puskesmas Kotaraja dengan kejadian derajat hipertensi.

#### 5. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan yang nantinya akan dijadikan bekal dan diaplikasikan pada saat pelayanan di masyarakat.