

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan dari hasil penelitian, dapat diambil beberapa kesimpulan mengenai perbedaan faktor risiko hipertensi pada wanita pekerja dan bukan pekerja di Puskesmas Kedungmudu Kota Semarang mulai bulan Oktober – November 2014:

1. Faktor risiko hipertensi yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada wanita pekerja adalah obesitas dengan nilai $p = 0,000$, aktivitas fisik dengan nilai $p = 0,002$ dan stres dengan nilai $p = 0,007$.
2. Faktor risiko hipertensi yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada wanita bukan pekerja adalah riwayat keluarga dengan nilai $p = 0,006$, obesitas dengan nilai $p = 0,001$, aktivitas fisik dengan nilai $p = 0,039$ dan stres dengan nilai $p = 0,039$.
3. Aktivitas fisik ringan merupakan faktor yang paling berpengaruh terhadap kejadian hipertensi pada wanita pekerja dan memiliki nilai $OR = 14.708$ artinya wanita dengan aktivitas fisik ringan mempunyai peluang 14.708 kali menderita hipertensi dibandingkan dengan wanita yang aktivitas fisiknya berat.
4. Obesitas merupakan faktor yang paling berpengaruh terhadap kejadian hipertensi pada wanita bukan pekerja dan memiliki nilai $OR = 10.086$ artinya wanita yang obesitas mempunyai peluang 10.086 kali menderita hipertensi dibandingkan dengan wanita yang tidak obesitas.

B. Saran

a. Bagi Instansi Terkait

1. Kepada pihak Puskesmas Kedungmundu diharapkan agar meningkatkan promosi, konseling, dan penyuluhan oleh semua pihak provider kesehatan, untuk meningkatkan pengetahuan warganya mengenai faktor – faktor yang dapat mempengaruhi kejadian hipertensi.
2. Kepada pihak Puskesmas Kedungmundu diharapkan untuk melengkapi pencatatan pada rekam medik seperti: berat badan, tinggi badan, pekerjaan dan riwayat keluarga.
3. Kepada pemilik perusahaan diharapkan dapat memberikan asuransi kesehatan bagi seluruh karyawannya dan mengadakan pemeriksaan kesehatan / *General Medical CheckUp* minimal satu tahun sekali.

b. Bagi Penderita Hipertensi

Kepada penderita hipertensi diharapkan dapat melakukan pemeriksaan tekanan darah dan pengobatan secara rutin, menjalani pola hidup sehat, seperti menghindari pola asupan garam yang tinggi, menghentikan kebiasaan merokok, menghindari stres untuk mencegah timbulnya komplikasi lebih lanjut serta melakukan olahraga rutin minimal seminggu 3 kali dengan durasi 30 menit.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat diteliti lebih lanjut dengan menggunakan metode penelitian yang lebih tepat serta menambahkan variabel lain yang mungkin juga menjadi faktor hipertensi.