

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Perilaku kesehatan.

Sebagian kecil responden memiliki perilaku kesehatan yang kurang baik yaitu sebanyak 32 orang (33,3%) dan sebagian besar responden memiliki perilaku kesehatan yang baik yaitu sebanyak 64 orang (66,7%), perilaku kesehatan yang tidak baik ditunjukkan pada pernyataan bersepeda santai, dan perilaku kesehatan yang baik ditunjukkan pada pernyataan tidak pernah mengkonsumsi alkohol, tidak mengkonsumsi alkohol selama 6 bulan terakhir, tidak mengkonsumsi alkohol lebih dari 1 gelas / hari, dan tidur lebih dari 6 jam/hari.

2. Persepsi keuntungan

Sebagian kecil responden memiliki persepsi keuntungan yang kurang baik yaitu sebanyak 32 orang (33,3%) dan sebagian besar responden memiliki persepsi keuntungan yang baik yaitu sebanyak 64 orang (66,7%), persepsi keuntungan yang kurang baik ditunjukkan pada pernyataan tidak mengetahui cara perawatan yang benar sebanyak 43,7%, dan pernyataan yang baik ditunjukkan pada tekanan darah terkontrol.

3. Persepsi hambatan

Sebagian kecil responden memiliki persepsi hambatan yang tidak baik yaitu sebanyak 44 orang (45,8%) dan sebagian besar responden memiliki persepsi hambatan yang baik yaitu sebanyak 52 orang (54,2%), persepsi hambatan yang kurang baik ditunjukkan pada pernyataan membebani keluarga, dan persepsi hambatan yang baik ditunjukkan pada pernyataan harus meninggalkan pekerjaan.

4. Hubungan persepsi keuntungan dengan perilaku kesehatan lansia hipertensi di Desa Sumberejo Kabupaten Demak didapatkan hasil ada hubungan yang bermakna antara persepsi keuntungan dengan perilaku kesehatan lansia hipertensi. Berdasarkan nilai korelasi 0,625 maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang kuat/tinggi.
5. Hubungan persepsi hambatan dengan perilaku kesehatan lansia hipertensi di Desa Sumberejo Kabupaten Demak didapatkan hasil ada hubungan yang bermakna antara persepsi hambatan dengan perilaku kesehatan lansia hipertensi. Berdasarkan nilai korelasi 0,458 maka dapat disimpulkan bahwa tingkat hubungan sedang.

B. Saran

1. Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan diharapkan mampu memberikan pelayanan kesehatan terhadap lansia dengan aktif berkunjung ke posyandu lansia serta memberikan informasi dan motivasi secara langsung yang berkaitan dengan perilaku kesehatan pada penyakit hipertensi dengan menunjukkan bahaya atau komplikasi dari penyakit tersebut.

2. Lansia Hipertensi

Lansia diharapkan mampu melakukan perilaku kesehatan yang dapat mengurangi dampak resiko dari hipertensi dengan mengubah perilaku kesehatannya seperti membatasi konsumsi garam, membatasi konsumsi lemak seperti jeroan, selain itu juga lansia mampu mengenali pengobatan tradisional seperti mengonsumsi mentimun ataupun minum jus mengkudu yang dapat menurunkan tekanan darahnya.

3. Peneliti Lebih Lanjut

Peneliti lebih lanjut diharapkan dapat melakukan penelitian yang sejenis dan mengikutsertakan seluruh lansia pada suatu wilayah tidak hanya sebatas lansia yang aktif di pelayanan kesehatan sehingga dapat mengetahui kondisi lansia secara menyeluruh.