

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

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

1. Persepsi keuntungan

Sebagian kecil responden memiliki persepsi keuntungan yang kurang baik yaitu sebanyak 5 orang (16,7%) dan sebagian besar responden memiliki persepsi keuntungan yang baik yaitu sebanyak 25 orang (83,3%), Persepsi keuntungan yang kurang baik ditunjukkan pada pernyataan kebiasaan merokok mencegah darah tinggi dan mengurangi konsumsi makanan yang mengandung tinggi garam sebanyak 20% , dan pernyataan yang baik ditunjukkan pada pernyataan mengontrol amarah mencegah hipertensi dan berolahraga secara teratur untuk mengontrol tekanan darah sebanyak 96,7%.

2. Persepsi hambatan

Sebagian besar responden memiliki persepsi hambatan yang kurang baik yaitu sebanyak 11 orang (36,7%). dan yang responden yang memiliki persepsi baik yaitu sebanyak 19 orang (63,3%), Persepsi hambatan yang kurang baik ditunjukkan pada pernyataan biaya pemeriksaan kesehatan keluarga yang lain sebanyak 53%, dan malas memeriksakan kesehatan karena selalu merasa sehat, petugas kesehatan tidak bersikap ramah saat pelayanan, malu penyakit darah tinggi yang saya derita diketahui orang sebanyak 20% dan pernyataan yang baik ditunjukkan pada pernyataan akses ke puskesmas dari tempat tinggal jauh 96,7%.

3. Upaya Pencegahan

Dari tingkatan pencegahan primer hipertensi, sekunder hipertensi dan tersier hipertensi memiliki hasil yang berbeda antara pencegahan primer hipertensi yaitu sebanyak 40% , sedangkan pada sekunder dan tersier sebanyak 43%. Berdasarkan pernyataan kuesioner pencegahan primer hipertensi pernyataan kurang baik ditunjukkan pada pernyataan mengurangi konsumsi garam tidak

mencegah hipertensi 90%, dan mengkonsumsi lemak seperti jeroan mencegah hipertensi 83%, sedangkan pernyataan yang baik ditunjukkan pada pernyataan kurangi minum kopi mencegah darah tinggi sebanyak 93,3% dan pola makan tidak sehat mencegah darah tinggi 96,7%. Pada pencegahan sekunder pernyataan kurang baik ditunjukkan pada pernyataan minum jus atau mengkonsumsi mentimun mencegah darah tinggi, minum jus mengkudu menurunkan tekanan darah tinggi, dan perilaku merokok mencegah darah tinggi yaitu sebanyak 26,7%, sedangkan pernyataan yang baik ditunjukkan pada pernyataan malas minum obat mencegah darah tinggi yaitu sebanyak 90%. Pada pencegahan tersier pernyataan kurang baik ditunjukkan pada pernyataan mengikuti senam lansia meningkatkan tekanan darah yaitu sebanyak 93,4%, sedangkan pernyataan baik ditunjukkan pada pernyataan minum obat teratur agar tidak terjadi komplikasi yaitu sebanyak 90%.

4. Hubungan Presepsi Keuntungan Dengan Upaya Pencegahan Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Nuris Syifa Rw 01 Kelurahan Tlogomulyo Semarang didapatkan hasil ada hubungan yang bermakna antara persepsi keuntungan dengan upaya pencegahan hipertensi pada lansia. Berdasarkan nilai korelasi 0,726 maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang kuat/tinggi.
5. Hubungan Presepsi Hambatan Dengan Upaya Pencegahan Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Nuris Syifa Rw 01 Kelurahan Tlogomulyo Semarang didapatkan hasil ada hubungan yang bermakna antara persepsi hambatan dengan upaya pencegahan hipertensi pada lansia. Berdasarkan nilai korelasi 0,485 maka dapat disimpulkan bahwa tingkat hubungannya sedang.

B. Saran

1. Lansia

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa masih ada beberapa responden yang mempunyai persepsi kurang baik terhadap perilaku pencegahan hipertensi sehingga dari hasil tersebut diharapkan lansia dapat melakukan tindakan pencegahan yang dapat memicu terjadinya hipertensi baik pencegahan primer (membatasi konsumsi garam, memabatasi konsumsi lemak seperti jeroan); pencegahan sekunder (mengenali pengobatan tradisional seperti konsumsi mentimun, minum jus mengkudu dapat menurunkan tekanan darah dan tidak merokok); pencegahan tersier (rajin olah raga seperti senam lansia).

2. Tenaga kesehatan

Tenaga kesehatan dapat memberikan pelayanan kesehatan terhadap lansia yaitu dengan aktif berkunjung ke Posbindu serta memberikan informasi secara langsung berkaitan dengan pencegahan primer, sekunder, dan tersier kepada para lansia tentang upaya pencegahan hipertensi dengan menunjukkan bahaya penyakit hipertensi bagi lansia yang dapat berkomplikasi dengan penyakit lainnya.

3. Peneliti lebih lanjut

Bagi peneliti selanjutnya yang melakukan penelitian sejenis diharapkan dapat mengikutsertakan seluruh lansia dalam satu wilayah dengan tidak terbatas pada lansia yang aktif di Posbindu saja sehingga dapat diketahui kondisi lansia secara keseluruhan.