

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

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

1. Sebagian besar responden mendapatkan dukungan dari petugas kesehatan dalam kategori kurang baik yaitu sebanyak 53,3%. Dukungan petugas terdiri dari dukungan emosi, instrumen, informasi, penilaian dan penghargaan yang semuanya sebagian besar dalam kategori kurang baik.
2. Sebagian besar perilaku pencegahan hipertensi responden dalam kategori kurang baik yaitu sebanyak 60,0%. Perilaku pencegahan terdiri dari pencegahan primer, skunder dan tersier yang semuanya sebagian besar dalam kategori kurang baik.
3. Ada hubungan yang bermakna antara dukungan petugas kesehatan dengan perilaku pencegahan hipertensi pada lansia ($p = 0,000$).

B. Saran

1. Lansia

Hasil penelitian menemukan bahwa perilaku pencegahan baik primer, skunder maupun tersier sebagian besar dalam kategori kurang baik, oleh karena itu lansia sebaiknya mampu melakukan upaya-upaya pencegahan baik primer meliputi menjaga pola makan sehat seperti mengonsumsi buah dan sayur, pencegahan sekunder seperti tidur dan istirahat yang cukup setiap harinya, pencegahan tersier seperti melakukan senam lansia secara rutin dan mendapat penyuluhan dari pelayanan kesehatan. Hal tersebut untuk menghindari penyakit hipertensi serta bagi lansia yang sudah terkena hipertensi untuk menjaga pola hidup sehat dan rutin mendatangi pelayanan kesehatan agar tidak terjadi komplikasi.

2. Tenaga kesehatan

Tenaga kesehatan dapat memberikan pelayanan kesehatan terhadap lansia yaitu dengan aktif berkunjung ke Posbindu serta memberikan informasi secara langsung berkaitan dengan upaya pencegahan hipertensi dengan menunjukkan bahaya penyakit hipertensi bagi lansia yang dapat berkomplikasi dengan penyakit lainnya. Tenaga kesehatan diharapkan mampu menerapkan lima bentuk dukungan yaitu dukungan emosi seperti petugas kesehatan mendatangi lansia bila tidak hadir dalam poyandu, dukungan instrumen seperti petugas kesehatan terampil saat melakukan pemeriksaan tekanan darah, dukungan informasi seperti petugas kesehatan menjelaskan tentang penyakit hipertensi, dukungan penilaian seperti petugas kesehatan menasehati lansia agar menjaga pola makan yang sehat, dan dukungan penghargaan seperti petugas kesehatan membimbing lansia ketika kegiatan poyandu, sehingga lansia memiliki semangat yang tinggi untuk rutin datang ke posyandu lansia dan mencegah terjadinya hipertensi.

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.