

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

V. 1. Kesimpulan

Dari hasil penelitian terhadap lansia dengan hipertensi di Posyandu Lansia Dusun Soragan, Dusun Beton, Dusun Padokan Lor dan Dusun Mrisi yang diadakan pada tanggal 13-20 Januari 2005 oleh Petugas Puskesmas Kasihan II, Bantul, Yogyakarta ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Distribusi frekuensi lansia dengan hipertensi di Dusun Soragan 26,67% dari 30 lansia yang hadir, Dusun Beton 33,33% dari 60 lansia, Dusun Padokan Lor 48,65% dari 74 lansia dan 32,86% dari 70 lansia yang hadir di Dusun Mrisi.
2. Dari 59 responden, umumnya merupakan penderita hipertensi derajat 2 ($\geq 160/\geq 100$ mmHg), dimana paling banyak berusia 55-74 tahun. Penderita obesitas tingkat 2 (BMI > 30) hanya 2 orang dan penderita obesitas tingkat 1 (BMI 25-29,9) sebanyak 11 orang, umumnya BMI dalam standar normal. Hanya terdapat 3 orang penderita DM dengan lamanya 5 sampai lebih dari 10 tahun. Responden berolahraga sebanyak 27 orang yang dilakukan 3 kali/minggu maupun setiap minggu. Serta hanya didapatkan 5 orang perokok 1-9 batang/hari.

3. Dari analisis statistis dengan uji F didapatkan hubungan antara usia, obesitas, rokok, olahraga dan DM dengan hipertensi tidak terlalu kuat dan tidak signifikan, sebab kurangnya jumlah sampel yang diambil menyebabkan populasi pada penelitian ini tidak bisa mewakili seluruh populasi yang ada sehingga tidak dapat diterima dan tidak dapat diterapkan di masyarakat.
4. Dari persamaan regresi untuk analisa hubungan fungsional antar variabel didapatkan Y dan X terdapat hubungan positif atau searah dimana dengan meningkatnya masing-masing faktor (usia, obesitas, DM, olahraga, atau rokok) juga akan meningkatkan risiko hipertensi.
5. Berdasarkan uji korelasi non-parametris Kendall's Tau_b, yang memiliki hubungan yang signifikan hanya hipertensi dan faktor risiko olahraga, yaitu berhubungan cukup kuat dan searah (+). Antara hipertensi dengan usia, hipertensi dengan obesitas, hipertensi dengan DM, maupun hipertensi dengan rokok berhubungan tidak signifikan.

V. 2. Saran

Saran-saran yang dapat disampaikan penulis berkaitan dengan penelitian tentang faktor risiko hipertensi pada lansia ini adalah:

1. Bagi penderita hipertensi dengan usia lanjut dianjurkan untuk selalu kontrol tekanan darah, kurangi berat badan dan ikuti latihan khusus untuk para lansia serta hindari hal-hal yang dapat meningkatkan

2. Bagi warga masyarakat yang tidak menderita hipertensi, hindari faktor-faktor yang dapat menyebabkan hipertensi (kegemukan, konsumsi garam yang berlebihan, stres, dan lain-lain), olahraga secara teratur, dan periksa kadar gula darah jika usia ≥ 40 tahun.
3. Bagi pihak puskesmas dan kader, sebaiknya dilakukan peningkatan penyuluhan mengenai bagaimana cara menyikapi hipertensi pada lansia, baik kepada lansia itu sendiri maupun kepada keluarga yang menanggung lansia tersebut.
4. Bagi penelitian lanjutan
 - a. Diharapkan penelitian tentang faktor-faktor risiko hipertensi ini dilakukan dari rumah ke rumah (*door to door*), sehingga informasi yang didapat lebih lengkap dan sampel lebih merata.
 - b. Diharapkan jumlah sampel yang digunakan lebih banyak sehingga cukup untuk dapat mewakili jumlah populasi.
 - c. Diharapkan dapat dilakukan penelitian mengenai faktor-faktor risiko lainnya yang dapat menyebabkan hipertensi pada lansia.