

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik lansia pada penderita hipertensi di Puskesmas Sukamerindu Kota Bengkulu yaitu mayoritas berusia 60-74 tahun (87,7%) sebanyak 71 responden dan berjenis kelamin laki-laki 47 responden (58,0%) dan jenis kelamin perempuan 34 responden (42,0%).
2. Terdapat hubungan signifikan antara kualitas tidur dengan penderita hipertensi pada lansia di Puskesmas Sukamerindu Kota Bengkulu. Berdasarkan hasil penelitian dengan uji *continuty correction* didapatkan $p\text{-value} = 0,001 (<0,05)$.
3. Terdapat hubungan signifikan antara pola makan dengan penderita hipertensi pada lansia di Puskesmas Sukamerindu Kota Bengkulu. Berdasarkan hasil penelitian dengan uji *fisher's exact test* didapatkan $p\text{-value} = 0,012 (<0,05)$.
4. Terdapat hubungan signifikan antara kebiasaan merokok dengan penderita hipertensi pada lansia di Puskesmas Sukamerindu Kota Bengkulu. Berdasarkan hasil penelitian dengan uji *pearson chi-square* didapatkan $p\text{-value} = 0,007 (<0,05)$.

B. Saran

1. Bagi Masyarakat

Diharapkan agar masyarakat, terutama yang mengalami hipertensi, mendapatkan informasi dari sumber yang dapat dipercaya seperti puskesmas terkait dengan pengobatan hipertensi, serta mampu menerapkan dalam rutinitas sehari-hari.

2. Bagi Petugas Kesehatan

Diharapkan kepada petugas kesehatan untuk melakukan promosi kesehatan tentang edukasi kebiasaan pola makan, kualitas tidur dan kebiasaan merokok sejak dini, ketiga faktor tersebut berperan dalam menjaga kesehatan jantung dan pembuluh darah sehingga tekanan darah tetap berada dalam batas normal dan menurunkan angka penyakit hipertensi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan saat ingin meneliti kuesioner tentang “Kebiasaan Merokok” hanya berfokus pada responden laki-laki saja. Jika ingin melakukan penelitian disesuaikan dengan karakteristik responden.