

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Hasil penelitian ini, 71 responden atau hampir setengahnya memiliki risiko sedang, sementara 57 responden atau sebagian kecilnya berada pada risiko rendah. Hanya sedikit responden, yakni 44 orang, berada pada risiko tinggi, dan jumlah yang sangat sedikit, yaitu 5 orang, berisiko sangat tinggi.. Setelah diketahui gambaran tingkat risiko, diharapkan pasien dapat melakukan upaya preventif dalam memodifikasi faktor risiko serta pengobatan secara rutin untuk mengurangi risiko penyakit jantung.

5.2 Saran

Berdasarkan simpulan, maka dapat diberikan saran sebagai berikut :

a. Bagi pasien

Peneliti merekomendasikan agar pasien mengatur dan mengelola faktor risiko penyakit jantung dan pembuluh darah berdasarkan hasil identifikasi adalah penting. Saran edukatif termasuk memilih pola makan rendah lemak, meningkatkan aktivitas fisik, berhenti merokok, serta mempertimbangkan penggunaan obat hipertensi dan diabetes sesuai dengan rekomendasi dokter.

b. Bagi puskesmas

Kegiatan deteksi dini ini diharapkan dapat dilaksanakan ke seluruh lapisan masyarakat, dengan demikian puskesmas dapat melakukan upaya preventif seperti melaksanakan deteksi dini penyakit jantung di Posbindu PTM serta melaksanakan promosi kesehatan untuk mengelola faktor risiko penyakit jantung.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Harapannya temuan dari penelitian ini akan menjadi dasar referensi dan panduan untuk penelitian lanjutan yang berkaitan dengan tingkat risiko penyakit jantung.