

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai gambaran karakteristik dan kadar kolesterol total pada lansia dengan hipertensi di Puskesmas Pasirjati Kota Bandung maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hampir seluruhnya lansia berumur 60-74 tahun, sebagian besar lansia berjenis kelamin wanita, hampir seluruhnya lansia tidak memiliki riwayat keturunan hipertensi, sebagian besar lansia tidak merokok, hampir seluruhnya lansia pola makan berusaha membatasi makanan yang digoreng, berlemak dan tinggi garam, sebagian besar lansia melakukan olahraga setidaknya 30 menit 3x/minggu, sebagian besar lansia dengan IMT normal, hampir seluruhnya lansia melakukan kontrol rutin setiap 1 bulan sekali, hampir seluruhnya tidak memiliki penyakit penyerta dan sebagian besar lansia lama menderita hipertensi 6-10 tahun.
2. Sebagian besar lansia hipertensi mengalami hiperkolesterol.

5.2 Saran

1. Bagi Tempat Penelitian

Tempat penelitian mengadakan terus kegiatan prolanis dan juga tenaga kesehatan untuk memberikan edukasi supaya lansia dengan hipertensi mengontrol kadar kolesterol totalnya secara rutin dan menjaga pola makan serta menghindari asap rokok.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Pihak pendidikan bisa meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam perkuliahan keperawatan medikal bedah untuk bisa mengidentifikasi karakteristik pada pasien hipertensi dan bisa melakukan promosi kesehatan terhadap masyarakat mengenai penatalaksanaan hipertensi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya bisa mengkaji lebih lanjut mengenai hubungan faktor-faktor penyebab hipertensi dengan metode penelitian korelasi dan juga bisa melakukan intervensi yang bertujuan untuk mengurangi tekanan darah tinggi lansia dengan memfokuskan permasalahan pola makan dan pola aktivitas fisik.