

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan :

1. Karakteristik responden, sebagian besar lansia berusia 60 tahun yaitu sebesar 34,5%. Responden berjenis kelamin laki-laki sebesar 25,9% dan perempuan sebesar 74,1%. Pendidikan lansia sebagian besar termasuk kategori tamat SMA/Sederajat sebesar 56,9%. Pekerjaan lansia sebagian besar kategori tidak bekerja sebesar 51,7%. Pendapatan lansia sebagian besar termasuk kategori rendah (Rp. 1.000.000-Rp. 2.500.000) sebesar 87,9%. Besaran/jumlah keluarga lansia sebagian besar memiliki keluarga kecil (1-4 orang) sebesar 63,8%. Riwayat konsumsi obat hipertensi sebagian besar termasuk kategori tidak ada sebesar 81%.
2. Lansia yang memiliki asupan natrium cukup lebih banyak 37 responden (63,8%) dibandingkan dengan asupan natrium lebih 21 responden (36,2%). Lansia yang memiliki asupan kalium kurang lebih banyak 56 responden (96,6%) dibandingkan dengan asupan kalium cukup 2 responden (3,4%). Lansia yang memiliki asupan magnesium kurang lebih sedikit 14 responden (24,1%) dibandingkan dengan asupan magnesium cukup 44 responden (75,9%).
3. Responden yang mengalami tidak hipertensi lebih banyak dibandingkan yang mengalami hipertensi. Responden dengan kategori tidak hipertensi

sebanyak 33 responden (56,9%) dan responden dengan kategori hipertensi sebanyak 25 responden (43,1%).

4. Hasil analisis uji *Chi Square* menunjukkan terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara asupan natrium ($p=0,000$) dengan kejadian hipertensi pada lansia dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$, artinya semakin tinggi asupan natrium maka dapat mengalami kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Sering.
5. Hasil analisis uji *Fisher's Exact Test* menunjukkan tidak terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara asupan kalium ($p= 1,000$) dengan kejadian hipertensi pada lansia dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.
6. Hasil analisis uji *Chi Square* menunjukkan tidak terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara asupan magnesium ($p= 0,207$) dengan kejadian hipertensi pada lansia dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.
7. Hasil analisis uji Regresi Logistik menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan natrium dan magnesium ($p= 0,083$) dengan kejadian hipertensi dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

5.2 Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa implikasi yang dapat dijadikan acuan dalam upaya menekan kejadian hipertensi di kerja Puskesmas Sering. Hasil penelitian bahwa masih terdapat lansia yang mengalami hipertensi, sehingga penelitian ini dapat menjadi landasan bagi pihak Puskesmas untuk melakukan intervensi. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah penyuluhan mengenai

pentingnya pemilihan makanan yang tepat guna memenuhi kebutuhan zat gizi harian pada lansia.

5.3 Saran

1. Diharapkan adanya penelitian baru dengan populasi dan sampel yang lebih luas, metode dan desain penelitian berbeda dengan variabel yang tidak diteliti pada penelitian ini seperti pola konsumsi, pengetahuan lansia mengenai hipertensi sehingga dapat menjadi perbandingan referensi.
2. Diharapkan kepada responden yang mengalami hipertensi untuk rutin memeriksakan kesehatan ke puskesmas dan menerapkan hal-hal yang disarankan oleh tenaga kesehatan dalam kehidupan sehari-hari, serta lebih memperhatikan asupan makanan sumber natrium, kalium dan magnesium untuk mengetahui makanan yang dihindari, dibatasi dan dibolehkan.
3. Diharapkan kepada pihak puskesmas yang bersangkutan agar melakukan tindakan untuk menekan angka kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sering.