

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

1. Karakteristik responden, sebagian besar lansia berusia 60 tahun yaitu sebesar 17 responden, dengan rincian 10 responden (45,5%) kelompok kasus dan 7 responden (31,8 %) . Jenis kelamin responden baik kelompok sampel kasus maupun kontrol di dominasi oleh jenis kelamin perempuan yaitu sejumlah 12 responden (54,5%) untuk sampel kasus dan 16 responden (72,7%) untuk sampel kontrol. Pendidikan rata-rata subjek yaitu tamat SMP yaitu sebanyak 36,4 % pada kelompok kasus dan 31,8% pada kelompok kontrol. Pekerjaan rata-rata subjek yaitu petani dengan jumlah 18 orang (81,8 %) pada kelompok kasus dan sebanyak 17 orang (77,3 %) pada kelompok kontrol. Penghasilan rata-rata subjek yaitu berada pada kategori sedang dimana terdapat sebanyak 68,2 % pada kelompok kasus dan 36,4 % pada kelompok kontrol.
2. Asupan natrium responden dengan kategori lebih berjumlah 20 responden, dengan rincian 15 responden (68,2%) kelompok kasus dan 5 responden (22,7%) kelompok kontrol. Berdasarkan asupan natrium pada kelompok kasus lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Untuk asupan natrium cukup berjumlah 24 responden, dengan rincian 7 responden (31,8%) kelompok kasus dan 17 responden (77,3%) kelompok kontrol.
3. Hasil analisis uji *Chi Square* menunjukkan ada hubungan bermakna antara Asupan natrium dengan hipertensi lansia (*P-value* 0,006). Hasil perhitungan

OR menunjukkan responden yang memiliki riwayat asupan natrium lebih 7,286 kali lebih besar untuk mengalami hipertensi dibandingkan asupan natrium cukup (95% CI 1,905-27,861) artinya semakin tinggi asupan natrium maka dapat mengalami penyakit hipertensi pada lansia di desa Laelangge Namuseng.

5.2 Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa implikasi yang dapat dijadikan acuan dalam upaya menekan penyakit hipertensi di desa Laelangge Namuseng. 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 untuk mengetahui makanan yang dihindari, dibatasi dan dibolehkan untuk dikonsumsi.

3. Diharapkan kepada pihak puskesmas yang bersangkutan agar melakukan tindakan untuk menekan penurunan angka lansia yang mengalami penyakit hipertensi di desa Laelangge Namuseng.

