

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai peran ibu dalam pencegahan hipertensi di Desa Tawang Sari, Pengasih, Kulon Progo tahun 2017 yang dilakukan terhadap 47 responden, dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik dari 47 Ibu di Desa Tawang Sari, Pengasih, Kulon Progo yang dijadikan sebagai subjek penelitian adalah bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok umur 36-45 tahun. Berdasarkan pekerjaan yaitu sebagian responden bekerja sebagai wiraswasta. Berdasarkan pendidikan responden frekuensi yang paling besar yaitu ibu dengan latar belakang pendidikan SMA.
2. Peran ibu sebagai pengelola rumah tangga dalam pencegahan hipertensi masuk dalam kriteria cukup (45%) dengan rentang skor antara 56%-75%.
3. Peran ibu sebagai pendidik keluarga untuk berolahraga dalam pencegahan hipertensi masuk dalam kriteria kurang (51%) dengan rentang skor <56%.
4. Peran ibu sebagai pengasuh keluarga dalam hal ini peran ibu dalam pengelolaan stres yang dialami oleh anggota keluarga yang mengalami hipertensi masuk dalam kriteria baik (83%) dengan rentang skor antara 76%-100%.
5. Peran ibu sebagai pelindung keluarga dalam pencegahan hipertensi baik (70%) dengan rentang skor antara 76%-100%.

6. Peran ibu dalam pencegahan hipertensi di Desa Tawang Sari, Pengasih, Kulon Progo tahun 2017 baik.

## **B. Saran**

Saran dari peneliti setelah melakukan penelitian mengenai peran ibu dalam pencegahan hipertensi di Desa Tawang Sari, Pengasih, Kulon Progo tahun 2017, antara lain:

1. Bagi Puskesmas Pengasih II

Disarankan agar perawat Puskesmas Pengasih II meningkatkan kegiatan penyuluhan dengan mengajarkan senam hipertensi bagi masyarakat guna menjaga kestabilan tekanan darah para penderita hipertensi. Penyuluhan senam hipertensi dapat menggunakan media berupa video ataupun poster yang berisikan langkah-langkah gerakan senam hipertensi,

2. Bagi Institusi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi bagi mahasiswa agar dapat memahami mengenai peran ibu dalam pencegahan hipertensi di keluarga.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti lain agar dapat menambahkan unsur-unsur yang tidak diteliti dalam penelitian ini, yaitu tentang bagaimana peran responden berdasarkan karakteristik ekonomi dilihat dari penghasilan yang diperoleh

setiap bulan. Tambahkan pula karakteristik responden terkait dengan penyuluhan yang pernah didapat mengenai hipertensi.