

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian mengenai penatalaksanaan hipertensi pada lansia hipertensi di Dusun Modinan Desa Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta tahun 2019

didapatkan hasil :

1. Gambaran penatalaksanaan hipertensi pada lansia hipertensi di Dusun Modinan Desa Banyuraden Wilayah Puskesmas Gamping II Sleman Yogyakarta tahun 2019 sebagian besar baik.
2. Gambaran penatalaksanaan farmakologi pada lansia hipertensi di Dusun Modinan Desa Banyuraden Wilayah Puskesmas Gamping II tahun 2019 sebagian besar patuh.
3. Gambaran status IMT pada lansia hipertensi di Dusun Modinan Desa Banyuraden Wilayah Puskesmas Gamping II tahun 2019 sebagian besar normal.
4. Gambaran menghindari rokok pada lansia hipertensi di Dusun Modinan Desa Banyuraden Wilayah Puskesmas Gamping II tahun 2019 sebagian besar termasuk dalam kategori bukan perokok namun terpapar asap rokok.
5. Gambaran aktivitas fisik pada lansia hipertensi di Dusun Modinan Desa Banyuraden Wilayah Puskesmas Gamping II tahun 2019 sebagian besar

- baik.
6. Gambaran penatalaksanaan diet pada lansia hipertensi di Dusun Modinan Desa Banyuraden Wilayah Puskesmas Gamping II tahun 2019 sebagian besar baik.
 7. Gambaran pengendalian stres pada lansia hipertensi di Dusun Modinan Desa Banyuraden Wilayah Puskesmas Gamping II tahun 2019 sebagian besar termasuk dalam kategori tidak stres.

B. Saran

1. Bagi Lansia Penderita Hipertensi

Hendaknya melakukan penatalaksanaan hipertensi dengan baik yaitu berupa penatalaksanaan farmakologi dengan kontrol kesehatan rutin minum obat antihipertensi rutin, dan mendapatkan obat hipertensi dengan resep dokter sehingga dapat meminimalkan terjadinya komplikasi akibat hipertensi. Selain itu, diharapkan lansia dapat melakukan penatalaksanaan nonfarmakologi yang baik dengan menghindari rokok dan asap rokok, melakukan aktivitas fisik sebanyak minimal 3 kali dalam seminggu selama 30 menit sehari, dan dapat mengurangi makanan yang berminyak, makanan bersantan dan makanan yang asin serta dapat mengelola stres dengan baik.

2. Bagi Keluarga Lansia

Hendaknya lebih peduli terhadap penatalaksanaan hipertensi pada lansia hipertensi seperti mau mengantarkan lansia hipertensi untuk kontrol kesehatan rutin, mengingatkan lansia untuk minum obat antihipertensi rutin, memberikan lansia hipertensi makanan yang tidak berminyak, tidak bersantan dan rendah garam, dan menemani dan mendampingi lansia untuk melakukan aktivitas fisik per hari minimal 30 menit. Selain itu, hendaknya keluarga dapat tidak merokok di sekitar lansia hipertensi karena menghirup asap rokok dapat meningkatkan tekanan darah.

3. Bagi Puskesmas Gamping II Sleman Yogyakarta

Hendaknya melakukan kegiatan atau hal-hal yang dapat mendukung lansia hipertensi memiliki penatalaksanaan hipertensi yang lebih baik, seperti dengan penyuluhan tentang penatalaksanaan hipertensi terutama untuk kontrol rutin, minum obat rutin dan mendapatkan obat antihipertensi sesuai dengan resep dokter, penyuluhan tentang tatalaksana nonfarmakologi hipertensi seperti diet hipertensi, dll. Selain itu, puskesmas hendaknya melakukan home care dikarenakan beberapa lansia hipertensi tidak dapat periksa kesehatan di puskesmas dengan alasan adanya keterbatasan seperti stroke dan tidak ada keluarga yang mengantar ke pelayanan kesehatan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hendaknya dapat meneliti hubungan antara variabel dalam penatalaksanaan hipertensi atau hubungan penatalaksanaan hipertensi dengan karakteristik responden. Selain itu, hendaknya penelitian tidak

hanya dengan wawancara namun juga dengan observasi untuk mendapatkan data yang lebih akurat.