

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian, karakteristik responden dalam rentang usia 60-74 tahun mayoritas berada pada rentang usia 65-69 tahun yaitu sejumlah 28 orang (40,0 %), berjenis kelamin perempuan sebanyak 46 orang (65,7%), tidak tamat SD sebanyak 39 orang (55,7%), serta lansia yang bekerja yaitu sebanyak 47 orang (67,1%).
2. Berdasarkan hasil penelitian ini dari 70 responden lansia yang memiliki riwayat hipertensi sebanyak 48 orang (68,6%) lansia di Desa Abiantuwung, Kecamatan Kediri, Kabupaten Tabanan tergolong kedalam derajat hipertensi tingkat 1.
3. Mayoritas lansia dengan hipertensi di Desa Abiantuwung, Kecamatan Kediri, Kabupaten Tabanan dari 70 responden sebanyak 48 orang (68,6%) memiliki tingkat kemandirian mandiri.
4. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya keterkaitan antara derajat hipertensi lansia dengan tingkat kemandirian lansia dalam melakukan *Activity Daily Living* (ADL).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, terdapat beberapa saran yang ingin peneliti sampaikan, sebagai berikut:

1. Bagi lansia yang menderita hipertensi

Bagi lansia hipertensi baik dengan tingkat kemandirian mandiri, tingkat kemandirian dengan ketergantungan ringan, maupun tingkat kemandirian dengan ketergantungan sedang agar tetap rutin melakukan kontrol kesehatan ke fasilitas pelayanan kesehatan, rutin melakukan kegiatan fisik sederhana sesuai dengan kemampuan lansia, rutin minum obat penurun tekanan darah yang dibantu dengan pemberian terapi komplementer dengan herbal sebagai pelengkap terapi untuk menjaga kestabilan tekanan darah.

2. Bagi keluarga lansia

Bagi keluarga lansia hipertensi dapat memberikan dukungan dengan mengajak lansia cek kesehatan secara rutin ke Puskesmas atau fasilitas kesehatan lain dan memastikan lansia agar rutin minum obat penurun tensi serta memberikan dukungan kepada lansia untuk dapat melakukan aktifitas sehari-hari yang sederhana secara mandiri. Dengan adanya perawatan serta dukungan yang diberikan oleh keluarga, maka lansia merasa dicintai dan dihargai sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri lansia dalam melakukan aktifitas sehari-hari secara mandiri.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya agar dapat menyiapkan kuisisioner dengan menggunakan bahasa daerah setempat dan mengerti menggunakan bahasa daerah tersebut untuk mengantisipasi menyangkut keterbatasan bahasa serta menggunakan teknik mengulang dalam menjelaskan pertanyaan sehingga pertanyaan lebih mudah dipahami oleh lansia.

4. Bagi petugas kesehatan

Bagi petugas kesehatan, agar membuat media promosi kesehatan atau media KIE menggunakan bahasa daerah yang mudah dipahami oleh masyarakat. Selain itu, petugas kesehatan diharapkan dapat memberikan edukasi dengan baik kepada lansia hipertensi mengenai pentingnya untuk rutin minum obat penurun tekanan darah sehingga ada kesadaran sendiri dari lansia untuk rutin minum obat.