

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan pada hasil penelitian dan pembahasan mengenai hubungan kadar kolesterol total dengan derajat hipertensi pada lansia di UPTD Puskesmas 1 Denpasar Selatan, maka dapat disimpulkan yaitu sebagai berikut :

1. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin yang paling banyak yaitu perempuan sebanyak (67,4%). Sedangkan karakteristik responden berdasarkan usia yang paling banyak yaitu rentan usia 45-59 tahun sebanyak (53,7%).
2. Kadar kolesterol total dengan kadar tinggi yaitu sebanyak (30,2 %), responden dengan kadar kolesterol total di ambang batas sebanyak (37,2 %), dan responden dengan kadar kolesterol total normal sebanyak (32,6 %).
3. Pada penderita hipertensi paling banyak yaitu pada kelompok hipertensi derajat 1 yaitu sebanyak (44,2%), sedangkan pada penderita hipertensi derajat 2 sebanyak (37,2%), dan hipertensi derajat 3 sebanyak (18,6%).
4. Dari hasil penelitian terdapat hubungan antara kadar kolesterol total dengan derajat hipertensi pada lansia di UPTD Puskesmas 1 Denpasar Selatan dengan nilai signifikan 0,001.

B. Saran

Berdasarkan pada hasil penelitian yang telah dilakukan, saran yang dapat di berikan yaitu sebagai berikut :

1. Bagi petugas kesehatan di puskesmas dapat memberikan informasi mengenai faktor-faktor apa saja yang dapat memicu terjadinya peningkatan kadar kolesterol total dan hipertensi, serta mengembangkan program-program kesehatan untuk mengurangi peningkatan kadar kolesterol total dan hipertensi.
2. Bagi lansia khususnya penderita hipertensi sebaiknya dapat mengendalikan kadar kolesterol dan menjaga Kesehatan agar terhindar dari komplikasi penyakit akibat tinggi kadar kolesterol dan hipertensi, dengan cara memperbaiki pola makan dan menjalani hidup sehat dengan melakukan aktivitas fisik seperti berolahraga.