

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Karakteristik penderita hipertensi di Desa Pengambengan 26 orang (68%) kelompok umur (46 – 65 tahun), 25 orang (66%) penderita hipertensi berjenis kelamin perempuan, 16 orang (42%) penderita hipertensi dengan aktivitas fisik sedang, 21 orang (55%) responden yang mengalami hipertensi derajat 2, dan 26 orang (68%) dengan kategori belum pasti DM.
2. Hasil pemeriksaan kadar gula darah sewaktu, sebanyak 26 orang (68%) responden kategori belum pasti DM, 4 orang (11%) responden kategori bukan DM, 8 orang (21%) responden dengan kategori DM.
3. Hasil penelitian berdasarkan usia 46-65 tahun terdapat 18 orang (47,37%) yang dikategorikan belum pasti DM, 20 orang (52,63%) dengan jenis kelamin perempuan kategori belum pasti DM, 12 orang (31,58%) responden yang beraktivitas fisik sedang dengan kategori belum pasti DM, dan 14 orang (36,84%) responden yang derajat hipertensi 2 kategori belum pasti DM.

B. Saran

Adapun saran yang dapat diberikan berdasarkan penelitian yang telah dilakukan yaitu :

1. Bagi penderita Hipertensi disarankan untuk rutin melakukan pengukuran tekanan darah dan melakukan pemeriksaan laboratorium. Pemeriksaan laboratorium yang disarankan seperti skrining gula darah, sedangkan untuk penderita diabetes disarankan untuk tetap memperhatikan kadar gula darah, melakukan perubahan gaya hidup, rajin berolahraga, dan mengkonsumsi obat-obatan yang dianjurkan dokter.
2. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk menambahkan faktor variabel lain seperti kebiasaan merokok, obesitas, meminum alkohol.