BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Ngaras Kabupaten Pesisir Barat Lampung tahun 2026 dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar responden berada pada kelompok usia 60–74 tahun sebanyak 31 responden (57,4%). Berdasarkan jenis kelamin responden berjenis kelamin Perempuan sebanyak 31 responden (57,4%). Sementara itu berdasarkan tingkat pendidikan, Sebagian besar responden memiliki Tingkat Pendidikan Tidak Sekolah sebanyak 24 responden (44,4%).
2. Sebagian besar lansia mengalami hipertensi kategori hipertensi derajat 2 sebanyak 28 responden (51,9%). Kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Ngaras masih tergolong cukup tinggi sehingga memerlukan perhatian khusus dalam upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi pada lansia.

B. Saran

1. Bagi Puskesmas

Diharapkan pihak Puskesmas Ngaras dapat meningkatkan program pelayanan kesehatan lansia terutama dalam pencegahan dan pengendalian hipertensi melalui pemeriksaan tekanan darah rutin, penyuluhan kesehatan, serta pemantauan kondisi kesehatan lansia secara berkala.

2. Bagi Lansia

Diharapkan lansia dapat menerapkan pola hidup sehat seperti mengurangi konsumsi garam, rutin melakukan aktivitas fisik, mengontrol tekanan darah secara berkala, menghindari stres, serta mematuhi pengobatan yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian selanjutnya dapat mengembangkan penelitian mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia dengan metode penelitian yang lebih luas dan jumlah sampel yang lebih banyak.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi dan tambahan informasi mengenai kejadian hipertensi pada lansia serta menjadi sumber pembelajaran bagi mahasiswa di bidang kesehatan.