

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang faktor risiko kejadian pada ibu rumah tangga usia produktif di Wilayah kerja Puskesmas Kabila maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Riwayat keluarga merupakan faktor risiko kejadian hipertensi di Wilayah kerja Puskesmas Kabila (OR=1,406) dimana responden dengan ada riwayat keluarga 1,406 kali lebih berisiko menderita penyakit hipertensi dibandingkan dengan responden yang tidak memiliki riwayat keluarga.
2. Aktifitas fisik merupakan faktor risiko kejadian hipertensi di Wilayah kerja Puskesmas Kabila (OR=2,200) dimana responden yang tidak melakukan aktifitas fisik 2,200 kali lebih berisiko menderita penyakit hipertensi dibandingkan dengan responden yang melakukan aktifitas
3. Konsumsi garam merupakan faktor risiko kejadian hipertensi di Wilayah kerja Puskesmas Kabila (OR=1,478) dimana responden yang mengonsumsi garam \geq 5 gram/hari 1,478 kali lebih berisiko menderita penyakit hipertensi dibandingkan dengan responden yang mengonsumsi garam $<$ 5 gram/hari.
4. Obesitas merupakan faktor risiko kejadian hipertensi di Wilayah kerja Puskesmas Kabila (OR=1,149) dimana responden yang obesitas 1,149 kali lebih berisiko menderita penyakit hipertensi dibandingkan dengan responden yang tidak obesitas.

5.2 Saran

Sesuai dengan kesimpulan yang telah dikemukakan, peneliti ingin memberikan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi Penderita Hipertensi

Pentingnya untuk menjaga setiap kemungkinan faktor risiko terkena penyakit hipertensi dengan cara mengendalikan faktor risiko, dan melakukan penatalaksanaan hipertensi dengan baik berupa kontrol kesehatan secara rutin, selain itu di harapkan penderita dapat mengubah pola hidup menjadi pola hidup yang sehat seperti :

- 1) Apabila memiliki riwayat keluarga yang menderita penyakit hipertensi sebaiknya melakukan kontrol rutin tekanan darah.
- 2) Kurang melakukan aktifitas fisik sebaiknya melakukan aktifitas sebanyak minimal 3 kali dalam seminggu selama 30 menit.
- 3) Mengonsumsi garam secara berlebihan ≥ 5 gram/hari sebaiknya mengurangi mengonsumsi garam secara berlebihan dan mengurangi makanan yang asin.
- 4) Menurunkan berat badan bagi yang obesitas untuk menghindari terjadinya peningkatan tekanan darah dan mengupayakan untuk kembali ke tekanan darah yang normal.

2. Bagi Puskesmas

- 1) Petugas diharapkan dapat meningkatkan upaya promotif dan preventif berupa memberikan penyuluhan kesehatan, pembagian leaflet, dan poster sebagai upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi.

2) Memberikan informasi dan edukasi kepada ibu rumah tangga yang menderita hipertensi untuk rajin melakukan kontrol tekanan darah secara aktif dan rutin, serta meningkatkan kesadaran untuk menjaga pola hidup yang sehat.

3. Bagi Peneliti

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk dapat mengkaji lebih dalam lagi faktor lain yang dapat berisiko dan memiliki hubungan dengan kejadian hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhania, Wiwaha, dan Fianza. (2018). Prevalensi Penyakit Tidak Menular pada Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama di Kota Bandung Tahun 2013-2015. *Jurnal Universitas Padjadjaran (JSK)*. 3(4). 204-211
- Arifin, M. dkk. 2015. Faktor - faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada kelompok lanjut usia di wilayah kerja UTP puskesmas Petang I Kabupaten Bandung tahun 2016. *e-jurnal medika* 5(7). <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/view/21559/14262>. 25 Februari 2021 (21:49 WITA)
- Black, J. M., dan Hawks, J.H. 2014. *Keperawatan Medikal Bedah Manajemen Klinis*. Edisi 8: buku 2. Singapura: Elsevier. New York. Elsevier
- Casey, N, dan Benson, H. M. D. 2012. *Menurunkan Tekanan Darah.*:BIP PT. Bhuna Ilmu Populer. Jakarta
- Faisal. dkk. 2011. Faktor Risiko Hipertensi pada Wanita Pekerja dengan Peran Ganda Kabupaten Bantul Tahun 2011. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 28(2): 55-65.
- Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo. 2020. *Profil Kesehatan Provinsi Gorontalo tahun 2020*. Gorontalo
- Dinas Kesehatan Kabupaten Bone Bolango. 2020. *Profil Kesehatan Kabupaten Bone Bolango tahun 2020*. Gorontalo
- Djauhar, A. dkk. 2013. Aktor Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Pusling Desa Klumpit Upt Puskesmas Gribig Kabupaten Kudus. *Jurnal STIKES Muhammadiyah Kudus* 4(2):18-34. <http://ejr.stikesmuhkudus.ac.id/index.php/jikk/article/view/205/136>. 25 Februari 2021 (21:58 WITA)
- Hasdianah, dan Suprpto, S. I. 2016. *Patologi & Patofisiologi Penyakit (2nd ed.)*. Nuhamedika. Yogyakarta
- Huda, A. 2017. *Asuhan Keperawatan Praktis*. Mediaction. Yogjakarta
- Idris, N. 2012. *Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Masyarakat di Kecamatan Duingi Kota Gorontalo*. Pogram S1 Universitas Negeri Gorontalo. Gorontalo

- Kemenkes RI, *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar, Riskesdas 2018*, Kementerian Kesehatan Badan Penelitian dan Penemuan Kesehatan
- Kemenkes RI, 2019. *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Didap Masyarakat*. Jakarta
- Kemenkes RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta
- Kingue MD. DKK (2015). Prevalence and Risk Factors of Hypertension in Urban Areas of Cameroon: A Nationwide Population-Based Cross-Sectional Study. *The Journal of Clinical Hypertension*, Volume 17, 819-824. doi:10.1111/jch.12604
- Lina, D. 2016. *Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Demak II*. Program S1 Universitas Muhammadiyah Semarang. Semarang
- Pudiasuti, R. D. 2011. *Penyakit Pemicu Stroke; Dilengkapi dengan Posyandu dan Posbindu PTM*. Nuha Media. Yogyakarta
- Ramayulis, R. 2012. *Menu dan Resep Untuk Penderita Hipertensi*. PT Penebar Plus. Jakarta
- Raharjo, B. dan Agustina, R. 2015. Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi Usia Produktif (25-54 tahun). *Unnes Journal of Public Health* 4 (4). <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ujph/article/view/9690>. 25 Februari 2021 (22:10 WITA)
- Rahayu, H. 2012. *Faktor risiko hipertensi pada masyarakat rw 01 Srengseng Sawah, Kecamatan Jagakarsa, Kota Jakarta Selatan*
- Mannan, H. dkk. 2012. Faktor risiko kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Bangkala Kabupaten Jeneponto tahun 2012. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* Vol 1. <http://www.jurnalscientia.org/index.php/scientia/article/view/132>. 25 Februari 2021 (22:15 WITA)
- Ni .N. 2018. *Asuhan keperawatan keluarga Dengan masalah utama hipertensi pada tn. R Di wilayah kerja puskesmas mergangsari Kota yogyakarta*. Program D-III Politenik Kesehatan Yogyakarta
- Notoadmojo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT. Rineka Cipta. Jakarta
- Saida. 2011. Analisis Faktor Risiko Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Rarowatu Utara Kabupaten Bombana Tahun 2011. *Jurnal Keperawatan* 1(1). <https://stikesks-kendari.e-journal.id/JK/article/view/294>. 29 Juni 2021 (10:57 WITA)

- Sapitri. dkk. 2016. Analisis Faktor Risiko Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Di Pesisir Sungai Siak Kecamatan Rumbai Kota Pekanbaru. *Jom Fakultas Kedokteran* 3(1). <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMF/DOK/article/view/8227>. 25 Februari 2021 (22:18 WITA)
- Sari, 2019. Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kegemukan. *Faletahan Health Journal*, 6 (1) (2019) 1 10. Dari: <http://www.journal.lppm.stikesfa.ac.id/ojs/index.php/FHJ.ISSN.2088.673X.e.ISSN.2597.8667>. 27 Februari 2021 (22.00)
- Sarumaha, K dan Diana, V .E. 2018. Faktor Risiko Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda di UPTD Puskesmas Perawatan Plus Teluk Dalam Kabupaten Nias Selatan. Jurnal Kesehatan Global* 1(2):70-77. <http://ejournal.helvetia.ac.id/index.php/jkg/article/view/3914>. 25 Februari 2021 (22:21 WITA)
- Sartik. dkk. 2017. Faktor – Faktor Risiko dan Angka Kejadian Hipertensi pada Penduduk Palembang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat* 8(3):180-191. <http://ejournal.fkm.unsri.ac.id/index.php/jikm/article/view/237>. 25 Februari 2021 (22:23 WITA)
- Sastroasmoro .S. 2016. *Dasar-dasar metodologi penelitian klinis*. Seto Agung. Jakarta
- Setiandari. E dan Widyarni. A. 2020. Analisis Hubungan Riwayat Keluarga dan Aktifitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi di Kelurahan Indrasari Kabupaten Banjar. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*. 20 (3). <http://ji.unbari.ac.id/index.php/ilmiah/article/view/1094>. 19 Juni 2021 (10:55 WITA)
- Sugiyono. 2020. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta. Bandung
- Suiraoaka, 2012. *Penyakit Regeneratif*. Nuha Medika. Yogyakarta
- Sutanto. 2010. *Cekal Penyakit Modern Hipertensi, Stroke, Jantung, Kolesterol, dan Diabetes*. C.V ANDI OFFSET. Yogyakarta
- Susilo, Y dan Wulandari, A 2011. *Cara Jitu Mengatasi Hipertensi*. Graha Ilmu. Yogyakarta
- Syukraini Irza. 2016. *Analisis Faktor Resiko Hipertensi Pada Masyarakat Nagari Bungo Tanjung*. PT Penebar Plus Sumatra Barat.

- Tilong, A. D. 2014. *Waspada penyakit-penyakit mematikan tanpa gejala menyolok*. Buku Biru. Yogyakarta
- Triyanto, E. 2015. *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Graha Ilmu. Yogyakarta
- World Health Organization. 2015. *Health effects of smoking among Adolescence*. [Online]. http://www.who.int/tobacco/research/youth/health_effects/en.