

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan korelasi positif yang signifikan antara kadar kolesterol dengan tekanan darah pada pasien hipertensi desa Gayam Puskesmas Bangsal kabupaten Mojokerto secara spesifik, kadar kolesterol memiliki hubungan yang sangat kuat dengan tekanan darah sistolik ($r=0,861$; $p\text{-value}= 0,000$) serta hubungan yang kuat dengan tekanan darah diastolik ($r = 0,592$; $p\text{-value} = 0,001$). Arah korelasi positif ini menunjukkan bahwa peningkatan kadar kolesterol berbanding lurus dengan peningkatan tekanan darah responden, yang pada penelitian ini rata rata di angka 145,67 mmHg untuk diastolik.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan dari penelitian ini, peneliti memberikan beberapa saran yang diharapkan dapat bermanfaat bagi beberapa pihak, antara lain:

5.2.1 Bagi Responden

Diharapkan bagi responden (pasien hipertensi) untuk lebih aktif dalam menjaga pola hidup sehat, seperti membatasi konsumsi makanan tinggi garam dan lemak jenuh yang dapat memicu kenaikan kolesterol. Responden sangat disarankan untuk terus aktif mengikuti program PROLANIS guna memantau secara rutin kadar kolesterol dan tekanan darahnya agar terhindar dari komplikasi penyakit kardiovaskular yang lebih serius.

5.2.2 Bagi Tenaga Kesehatan

Petugas kesehatan di Puskesmas disarankan untuk lebih sering mengadakan penyuluhan (seperti cara mengatur pola makan) dan senam lansia. Sangat penting juga untuk rutin mengecek kadar kolesterol pasien darah tinggi agar kalau ada masalah bisa cepat ditangani.

5.2.3 Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan bacaan, tambahan referensi perpustakaan, dan pengembangan ilmu keperawatan, khususnya pada mata kuliah Keperawatan Medikal Bedah dan Keperawatan Gerontik terkait penatalaksanaan dan faktor risiko hipertensi pada masyarakat

5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi data dasar (baseline). Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan meneliti faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi tekanan darah seperti tingkat stres, Indeks Massa Tubuh (obesitas), kepatuhan diet.

