

## **BAB 7**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **7.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan kesimpulan yaitu:

- a. Lansia di Posyandu Lansia Wilayah kerja Pusekesmas Denpasar Barat II mayoritas memiliki RLPP berlebih yang di golongkan sebagai obesitas sentral.
- b. Lansia di Posyandu Lansia Wilayah kerja Pusekesmas Denpasar Barat II mayoritas lansia yang memiliki obesitas sentral tekanan darahnya normal atau tidak terkena penyakit hipertensi.
- c. Terdapat hubungan yang signifikan  $p = 0,014$  ( $0,014 < 0,05$ ) antara obesitas sentral berdasarkan RLPP dengan kejadian hipertensi pada lansia di Posyandu Lansia Wilayah kerja Pusekesmas Denpasar Barat II dengan nilai OR sebesar 12,364.

Artinya responden dengan obesitas sentral mempunyai kemungkinan 12,364 kali lebih besar untuk terkena penyakit hipertensi.

## **7.2 Saran**

### **7.2.1 Bagi Penelitian Selanjutnya**

Bagi penelitian selanjutnya diupayakan agar lebih memperhatikan faktor–faktor yang mempengaruhi mengapa lansia memiliki hipertensi seperti genetik, gaya hidup, stres sehingga penyebab dari hipertensi lebih jelas.

### **7.2.2 Bagi Responden**

Bagi responden diharapkan agar dapat menghindari aktivitas fisik yang jarang dan juga menjaga pola hidup yang sehat baik dari makanan maupun menghindari stress sehingga dapat menghindari obesitas sentral yang dapat memungkinkan lansia dapat terkena hipertensi.

### **7.2.3 Bagi Universitas Katolik Widya Mandala**

#### **Surabaya**

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai pertimbangan atau sebagai data tambahan apabila ingin mengetahui hubungan obesitas sentral berdasarkan RLPP dengan kejadian hipertensi pada lansia.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Mukiwanti E, Muwakhidah. Hubungan rasio lingkar pinggang pinggul dan indeks massa tubuh terhadap tekanan darah pada middle age (45-59 tahun) di desa polaman kota semarang. *J Kesehat Masy.* 2017 p. 2–5. Diunduh dari: <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn12012010/article/view/2959>
2. Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf [Internet]. 2019. p. 152. Diunduh dari: [http://repository.bkpk.kemkes.go.id/3514/1/LaporanRiskesdas 2018 Nasional.pdf](http://repository.bkpk.kemkes.go.id/3514/1/LaporanRiskesdas%202018%20Nasional.pdf) 14/1/Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf
3. Herdiani N. Hubungan IMT Dengan Hipertensi Pada Lansia Di Kelurahan Gayungan Surabaya. *Med Technol Public Heal J.* 2019 p. 184–5.

Diunduh dari: <https://journal2.unusa.ac.id/index.php/MTPHJ/article/view/1179>

4. Hasanah U. Tekanan Darah Tinggi (Hipertensi). J Keperawatan Jiwa [Internet]. 2019 p. 1–4. Diunduh dari: <https://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/2016/10/Tekanan-Darah-Tinggi-Hipertensi.pdf>
5. Dawkins KD, Morgan JM, Simpson. Lecture Notes Kardiologi. 2005. p. 58–60, 62–4, 272.
6. Oliver R. Braunwald's Heart Disease - A Textbook of Cardiovascular Medicine 11th. Angewandte Chemie International Edition, 6. 2021. p. 443, 466, 886–887, 1112.
7. Nuraini B. Risk Factors of Hypertension. J Major. 2015. p. 14–6. Diunduh dari: <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/602>

8. Pikir, B.S., Aminuddin, M., Subagjo, A., Dharmadjati, B.B., Suryawan, G.R., Eko JN. Hipertensi Manajemen Komperhensif. 2015. p. 34  
Diunduh dari: <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/602er&hl=id#v=onepage&q&f=false>
9. Oliver R. Introduction to human physiology 8th Ed. Angew Chemie Int Ed 6. 2021. p. 674.
10. CR B. Hubungan Asupan Zat Gizi Makro Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Obesitas Sentral Pada Pengemudi Di Pt Praja Bali Transportasi. 2022. p. 1,9. Diunduh dari: <http://repository.poltekkesdenpasar.ac.id/9743/>
11. Patricia C. Hubungan antara gaya hidup terhadap overweight/obesitas pada remaja DKI Jakarta sealam pandemi covid-19. Front Neurosci. 2021. p. 1–4.  
Diunduh dari: <http://repository.unika.ac.id/29984/>

12. Astuti J. Hubungan status gizi dengan anemia dengan kejadian hipertensi pada lansia di desa randudongkal kecamatan randudongkal kabupaten pematang. 2013. p. 7–9. Diunduh dari: [https://repository.ump.ac.id/6009/3/JuniAstutiBAB II.pdf](https://repository.ump.ac.id/6009/3/JuniAstutiBAB%20II.pdf)
13. Karundeng R, Wangko S. Jaringan Lemak Putih dan Jaringan Lemak Coklat Aspek Histofisiologi. 2014. p. 1–8. Diunduh dari: <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/biomedik/article/download/63285/848>
14. Adhiliyani N. Hubungan obesitas sentral dengan tekanan darah pada penderita hipertensi di UPT Puskesmas Sukawati II Tahun 2019. 2019. p. 26 Diunduh dari: [http://repository.poltekkesdenpasar.ac.id/2425/;](http://repository.poltekkesdenpasar.ac.id/2425/)
15. Rasyid MFA. Pengaruh asupan kalsium terhadap indeks massa tubuh (IMT). 2021. p. 1. Diunduh

dari: <https://jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/download/226/149/>

16. Ridho R. Hubungan lingkaran pinggang dengan dislipidemia pada remaja late adolescence. 2019. p. 1, 10–1. Diunduh dari: <https://eprints.umm.ac.id/id/eprint/46945/49/pendahuluan.pdf>
17. Oviyanti PNUR, Kedokteran F, Maret US. Hubungan antara lingkaran pinggang dan rasio lingkaran pinggang panggul dengan tekanan darah pada subjek usia dewasa. 2010. p. 8. Diunduh dari: <https://core.ac.uk/download/pdf/16509133.pdf>
18. Ilmi AF, Utari DM. Hubungan Lingkaran Pinggang Dan Rasio Lingkaran Pinggang-Panggul (RLPP) Terhadap Kadar Glukosa Darah Puasa Pada Mahasiswa. 2020. p. 3. Diunduh dari: <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/>



19. RI K. Rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia Tahun 2016-2019. Kementerian Kesehat RI. 2016. p. 10. Diunduh dari: [http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk\\_hukum/PMK\\_No.\\_25\\_ttg\\_Rencana\\_Aksi\\_Nasional\\_Kesehatan\\_Lanjut\\_Usia\\_Tahun\\_2016-2019\\_.pdf](http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PMK_No._25_ttg_Rencana_Aksi_Nasional_Kesehatan_Lanjut_Usia_Tahun_2016-2019_.pdf)
20. Darmojo B. Buku Ajar Boedhi-Darmojo Geriatri (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut). Badan Penerbit FKUI. 2015. p. 76-83.
21. HM F. Brocklehurst's Textbook of Geriatric Medicine and Gerontology. 2016. p. 96, 127.
22. B F. Physiology, Aging. Natl Libr Med. 2023. p. 1. Diunduh dari: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK556106/>
23. Lilyasari O. Hipertensi Dengan Obesitas: Adakah Peran Endotelin-1? J Kardiol Indones. 2007. p.

- 462–3. Diunduh dari: <https://www.ijconline.id/index.php/ijc/article/view/214>
24. Lestari AAW. Resistensi Insulin: Definisi, Mekanisme, dan Pemeriksaan Laboratoriumnya. Buku Ilm Clin Pathol Updat SURAMADE [Internet]. 2011. p. 2–3, 5. Diunduh dari: <https://repositori.unud.ac.id/protected/storage/upload/repositori/ad31ce278a7564c52f74b34e9c5fa38e.pdf>
25. Lin YA, Chen YJ, Tsao YC, Yeh WC, Li WC, Tzeng IS, et al. Relationship between obesity indices and hypertension among middle-aged and elderly populations in Taiwan: A community-based, cross-sectional study. *BMJ Open*. 2019. p. 1–2. Diunduh dari: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6830829/>

26. Trinanda Agustina, Sapta Ningrum, Mahalul Azam FI. Rasio Lingkar Pinggang Panggul Dan Persentase Lemak Tubuh Dengan Kejadian Hipertensi. *Higeia J Public Heal Res Dev*. 2019. p. 2–3. Diunduh dari: <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia/article/view/28809>
27. Nilasari E. Hubungan antara lingkar pinggang dan rasio lingkar pinggang panggul (RLPP) dengan tekanan darah pada wanita dewasa. [Internet]. 2011. p. 1. Diunduh dari: <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn12012010/article/view/313>
28. Notoatmodjo S. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. 2021. p. 137.
29. Muharni Harahap YM. Gambaran Rasio Lingkar Pinggang Pinggul, Riwayat Penyakit dan Usia pada Pegawai Polres Pekanbaru. 2016. p. 361–3.

Diunduh dari: <http://jurnal.fkm.unand.ac.id/index.php/jkma/article/view/198>

30. Wahyuni, Eksanoto D. Hubungan tingkat pendidikan dan jenis kelamin dengan kejadian hipertensi di Kelurahan Jagalan di Wilayah Kerja Puskesmas Pucangsawit Surakarta. *J Ilmu Keperawatan Indones*. 2013. p. 112–21. Diunduh dari: <https://jurnal.usahidsolo.ac.id/index.php/JIKI/article/view/364>
31. Widjaya N, Anwar F, Laura Sabrina R, Rizki Puspawati R, Wijayanti E. Hubungan Usia Dengan Kejadian Hipertensi di Kecamatan Kresek dan Tegal Angus, Kabupaten Tangerang. *Yars Med J*. 2019. p. 131. Diunduh dari: <https://academicjournal.yarsi.ac.id/index.php/jky/article/view/756>
32. Mceniery, C . McDonnell. Mil K. Normal Blood Pressure in Obesity is Associated with Reduced

Peripheral Vaskular Resistance. J Hypertens [Internet]. 2010. p. 1. Diunduh dari: [https://journals.lww.com/jhypertension/abstract/2010/06001/normal\\_blood\\_pressure\\_in\\_obesity\\_is\\_associated.1231.aspx#:~:text=Conclusions%3A,a significantly elevated cardiac output](https://journals.lww.com/jhypertension/abstract/2010/06001/normal_blood_pressure_in_obesity_is_associated.1231.aspx#:~:text=Conclusions%3A,a significantly elevated cardiac output)

33. Jiang SZ, Lu W, Zong XF, Ruan HY, Liu Y. Obesity and hypertension. *Exp Ther Med*. 2016. p. 2395–9. Diunduh dari: [https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5038894/pdf/etm-12-04\\_2395.pdf](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5038894/pdf/etm-12-04_2395.pdf)
34. Sumardiyono, Pamungkasari EP, Mahendra AG, Oki, Utomo S, Mahajana D, et al. Hubungan Lingkar Pinggang dan Lingkar Panggul dengan Tekanan Darah pada Pasien Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis). *Smart Med J*. 2018. p.

27-9. Diunduh dari: [https://jurnal.uns.ac.id/S  
MedJour/article/view/24504](https://jurnal.uns.ac.id/S<br/>MedJour/article/view/24504)