

BAB 7

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia di Panti Werdha Griya St. Yosef Surabaya mayoritas mengalami hipertensi derajat I dan mayoritas patuh menjalankan diet hipertensi.

Ada hubungan yang signifikan antara kepatuhan menjalankan diet hipertensi dan derajat hipertensi, dengan hubungan yang kuat dan berlawanan arah, yaitu jika patuh menjalankan diet hipertensi maka derajat hipertensi terkontrol dan sebaliknya jika tidak patuh menjalankan diet hipertensi maka derajat hipertensi meningkat.

Dengan perilaku patuh menjalankan diet yang baik, dampak hipertensi seperti stroke dan penyakit jantung dapat diperkecil. Selain itu, diet merupakan strategi non farmakologi yang efektif dalam mengendalikan hipertensi.

1.2 Saran

7.2.1 Bagi Pelayanan Keperawatan

Bagi pelayanan keperawatan memberikan promosi kesehatan tentang kepatuhan diet hipertensi dan bahaya atau komplikasi dari hipertensi bila tidak dikontrol

7.2.2 Bagi Pendamping Lansia

Hal ini diharapkan pendamping lansia mengawasi istirahat tidur lansia, menganjurkan olahraga, menganjurkan lansia untuk patuh menjalankan diet hipertensi dan mengontrol lansia untuk minum obat hipertensi.

7.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melanjutkan penelitian tentang faktor-faktor yang belum diteliti yang dapat mempengaruhi hipertensi yaitu upaya pencegahan hipertensi pada lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Agrina, R. (2011). *Kepatuhan lansia penderita hipertensi dalam pemenuhan diet hipertensi*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Ahmad, N. (2011). *Cara mencegah dan mengobati asam urat dan hipertensi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Anggraeni. (2009). *Hubungan beberapa faktor obesitas dan hipertensi*. Semarang: Medika Indonesia & Jakarta: Rineka Cipta.
- Anwar, F. (2008). *Sehat itu mudah “wujut hidup sehat dengan makanan sehat”*. Jakarta: Hikmah.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azizah. (2011). *Keperawatan lanjut usia*. Edisi 1. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Devita, I. (2014). *Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia*. Diunduh dari <http://abstrak.stikeskusumahusada.ac.id/index.php/article/view>. Diunduh pada tanggal 4 Desember 2017.
- Dinas Kes Prov. Jatim. (2017). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur tahun 2016*. Diunduh dari http://www.depkes.go.id/resources/download/profil/Jatim_Kota_Surabaya_2016. Diunduh pada tanggal 24 April 2018
- Endang, T. (2014). *Pelayanan keperawatan bagi penderita hipertensi secara terpadu*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Guyton, A.C. (2007). *Buku ajar fisiologi kedokteran*. Edisi 9. Jakarta: EGC
- Hadi, M. (2009). *Geriatric ilmu kesehatan usia lanjut*. Edisi 4. Jakarta: FKUI.
- Hartono, R. (2012). *Akupresur untuk berbagai penyakit*. Edisi 1. Yogyakarta: Rapha.
- Heryudarini, H. (2009). *Pengaruh diet penurunan berat badan dan tekanan darah pada penderita hipertensi*. Yogyakarta. Graha Ilmu.

- Hidayat, A. (2011). *Metode penelitian kebidanan dan teknik analisa data*. Jakarta: Salamba Medika.
- Julianti, E. (2009). *Bebas hipertensi dengan terapi jus*. Jakarta: Puspa Sehat.
- Kamran, A., Shasirat, G. (2015). The Relationship Between Blood Pressure and The Structures of Pender's Health Promotion Model in Rural Hypertension Patients. *Journal Educ Health Promot* 4. Diunduh dari <http://abstrak.ta.uns.ac.id/wisuda/upoad/R0313025bab2.pdf>. Dinduh pada tanggal 23 November 2017.
- Katzung, B. G. (2010). *Farmakologi dan dasar klinik*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kuswardhani, T. (2007). *Penatalaksanaan hipertensi pada lanjut usia*. Yogyakarta: Rapha.
- Made, A. (2009). *Sehat dengan hidangan kacang dan biji-bijian*. Jakarta: Swadaya.
- Martono. (2010). *Buku ajar geriatric ilmu kesehatan usia lanjut*. Edisi 3. Jakarta: FKUI.
- Martuti, A. (2009). *Merawat dan menyembuhkan hipertensi*. Bantul: Kreasi Wacana.
- Nihlasari, M., Yunus. (2014). Hubungan Kepatuhan Menjalankan Diet dengan Tekanan Darah. Diunduh dari <http://abstrakumy.ac.id/bitstream/7502/12.pdf>. Diunduh pada tanggal 19 juli 2018.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Novian, A. (2013). Kepatuhan Diit Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Diundu dari <http://unnes.ac.id/nju/index.php/kemas/article/view>. Diunduh pada tanggal 2 Juli 2018.
- Nugroho, W. (2015). *Keperawatan gerontik & geriatric Edisi 3*. Jakarta: ECG.
- Nurrahmani, U. (2012). *Stop hipertensi*. Yogyakarta: Familia.
- Nursalam. (2016). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan Edisi 4*. Jakarta: Salemba Medika.
- Potter & Perry. (2005). *Fundamental keperawatan konsep proses dan praktik*. Jakarta: EGC.
- Prasetyaningrum, Y.S.G. (2014). *Hipertensi bukan untuk ditakuti*. Jakarta: Fmedia.

- Price & Wilson. (2005). *Patofisiologi konsep proses-proses penyakit*. Edisi 6. Jakarta: EGC.
- Pudistuti. (2013). *Penyakit pemicu stroke*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Ramayulis, R. (2010). *Menu dan resep untuk penderita hipertensi*. Jakarta: Penebar Plus.
- Rantucci, M.J. (2007). *Pharmacists talking to patients*. Ed 2 Baltimore: Lippincot William dan Wilkins.
- Sari, Y.I. (2017). *Berdamai dengan hipertensi*. Jakarta: Bumi Medika.
- Smeltzer, S & G. Bare. (2011). *Buku ajar keperawatan medikal bedah*. Edisi 8 vol. 3. Jakarta: EGC.
- Sugiyono. (2010). *Metode penelitian pendidikan kuantitatif, kualitatif, dan R & D*. Bandung: ALPABETA.
- Stanley & Beare. (2007). *Buku ajar keperawatan gerontik*. Jakarta: EGC.
- Sukandar, dkk. (2009). *ISO Farmakoterapi*. Jakarta: PT.ISFI.
- Susilo, Y. (2011). *Cara jitu mengatasi hipertensi*. Yogyakarta: C.V Andi Offset.
- Tamher & Nookasiani. (2009). *Kesehatan usia lanjut dengan pendekatan asuhan keperawatan*. Jakarta: Selemba Medika.
- Utami, P. (2009). *Solusi sehat mengatasi hipertensi*. Jakarta: Agromedia Pustaka.
- Wade, C. (2016). *Mengatasi hipertensi*. Bandung: Nusantara Cendekia.
- Widodo, R. (2004). *Panduan keluarga memilih dan menggunakan obat*. Yogyakarta: Kreasi Wacana.
- Yusuf, Ah, Fitryani, R & Nihayati. (2015). *Buku ajar keperawatan kesehatan jiwa*. Jakarta: Selemba Medika.