

BAB 7

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

1. Prevalensi hipertensi di Propinsi Kepulauan Bangka Belitung tahun 2007 adalah 39,6%.
2. Rata – rata umur penduduk Prop. Babel tahun 2007 adalah 43,63 tahun. Proporsi penduduk berumur ≥ 40 tahun sebesar 59,3% dan proporsi penduduk berumur < 40 tahun sebesar 40,7%.
3. Proporsi penduduk berjenis kelamin laki – laki di Prop. Babel tahun 2007 sebesar 47,3% dan proporsi perempuan sebesar 52,7%.
4. Proporsi penduduk yang bekerja di Prop. Babel tahun 2007 sebesar 58,7% dan proporsi penduduk yang tidak bekerja sebesar 41,3%.
5. Rata – rata IMT penduduk Prop. Babel tahun 2007 adalah 23,87. Proporsi penduduk yang gemuk sebesar 32,2%; penduduk normal sebesar 62,3%; dan penduduk kurus sebesar 5,5%.
6. Proporsi penduduk yang merokok setiap hari Prop. Babel tahun 2007 sebesar 27,6%; merokok kadang – kadang sebesar 4,9%; tidak merokok sebelumnya pernah sebesar 4,1%; dan tidak pernah merokok sama sekali sebesar 63,4%.
7. Proporsi penduduk yang kurang beraktivitas di Prop. Babel tahun 2007 sebesar 4,9%; beraktivitas sedang sebesar 58,2%; dan beraktivitas berat sebesar 36,9%.
8. Proporsi penduduk yang mengkonsumsi buah – buahan segar $\geq 3 - 6$ kali/minggu di Prop. Babel tahun 2007 sebesar 51,4%; sayur – sayuran segar $\geq 3 - 6$ kali/minggu sebesar 90,7%; makanan/minuman manis $\geq 3 - 6$ kali/minggu sebesar 66,4%; makanan asin $\geq 3 - 6$ kali/minggu sebesar 16,7%; makanan berlemak $\geq 3 - 6$ kali/minggu sebesar 14,2%; dan jeroan $\geq 3 - 6$ kali/minggu sebesar 5,2%.
9. Proporsi penduduk yang mengkonsumsi alkohol di Prop. Babel tahun 2007 sebesar 4,4% dan penduduk yang tidak mengkonsumsi alkohol sebesar 95,6%.
10. Terdapat hubungan yang bermakna antara umur dan hipertensi di Propinsi Kepulauan Bangka Belitung tahun 2007 ($p = 0,000$). Semakin tua umur maka

semakin tinggi pula tekanan darah sistolik ($r = 0,469$) dan tekanan darah diastolik ($r = 0,264$). Resiko hipertensi pada kelompok umur ≥ 40 tahun 3,749 kali lebih besar daripada kelompok umur < 40 tahun.

11. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan hipertensi di Propinsi Kepulauan Bangka Belitung tahun 2007 ($p = 0.824$) tetapi terdapat kecenderungan bahwa prevalensi hipertensi pada perempuan lebih tinggi daripada laki – laki (prevalensi hipertensi pada laki – laki sebesar 38,7% dan prevalensi pada perempuan sebesar 40,4%).
12. Terdapat hubungan yang bermakna antara pekerjaan dengan hipertensi di Propinsi Kepulauan Bangka Belitung tahun 2007 ($p = 0.020$). Prevalensi hipertensi pada kelompok bekerja sebesar 34,4% dan prevalensi hipertensi pada kelompok tidak bekerja sebesar 47%. Resiko hipertensi pada kelompok yang bekerja 0,591 lebih besar dibandingkan kelompok yang tidak bekerja.
13. Terdapat hubungan yang bermakna antara hipertensi dengan status gizi ($p = 0.000$). Resiko hipertensi pada orang gemuk 2,516 lebih besar dibandingkan orang ber – IMT normal. Prevalensi hipertensi pada kelompok gemuk 54,2%; kelompok normal 32%; dan kelompok kurus 40%. Semakin tinggi IMT maka semakin tinggi pula tekanan darah sistolik ($r = 0,135$) dan tekanan darah diastolik ($r = 0,257$).
14. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara perilaku merokok dengan hipertensi di Propinsi Kepulauan Bangka Belitung tahun 2007 tetapi terdapat kecenderungan bahwa prevalensi hipertensi pada kelompok yang tidak merokok, sebelumnya pernah lebih tinggi. Prevalensi hipertensi pada kelompok merokok setiap hari sebesar 39,6%; kelompok merokok kadang – kadang sebesar 33,3%; kelompok tidak merokok, sebelumnya pernah sebesar 66,7%; dan kelompok tidak pernah merokok sama sekali sebesar 38,4%.
15. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan hipertensi di Propinsi Kepulauan Bangka Belitung tahun 2007 tetapi terdapat kecenderungan bahwa prevalensi hipertensi pada kelompok kurang beraktivitas lebih tinggi dibandingkan kelompok beraktivitas sedang dan beraktivitas berat. Prevalensi hipertensi pada kelompok kurang beraktivitas

sebesar 55,6%; kelompok beraktivitas sedang sebesar 37,6%; dan kelompok beraktivitas berat sebesar 40,7%.

16. Terdapat hubungan yang bermakna antara diet (pola makan) dengan hipertensi di Propinsi Kepulauan Bangka Belitung tahun 2007 untuk pola konsumsi buah – buah segar terhadap hipertensi ($p = 0,033$) tetapi tidak terdapat hubungan antara pola konsumsi buah – buah segar, makanan/minuman manis, makanan asin, makanan berlemak, dan jeroan dengan hipertensi di Propinsi Kepulauan Bangka Belitung tahun 2007. Prevalensi hipertensi pada kelompok yang mengkonsumsi buah – buah segar $\geq 3 - 6$ kali/minggu sebesar 34% dan 54,5% pada kelompok yang mengkonsumsi buah – buah segar $\leq 1 - 2$ kali/minggu. Resiko hipertensi pada kelompok yang mengkonsumsi buah – buah segar $\geq 3 - 6$ kali/minggu 0,618 kali lebih besar dibandingkan kelompok yang mengkonsumsi buah – buah segar $\leq 1 - 2$ kali/minggu.
17. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara konsumsi alkohol dengan hipertensi di Propinsi Kepulauan Bangka Belitung tahun 2007 ($p = 0,933$) tetapi terdapat kecenderungan bahwa prevalensi hipertensi pada kelompok yang mengkonsumsi alkohol lebih tinggi dibanding kelompok yang tidak mengkonsumsi alkohol. (prevalensi hipertensi pada kelompok yang mengkonsumsi alkohol sebesar 43,8% dan pada kelompok yang tidak mengkonsumsi alkohol sebesar 39,4%).

7.2 Saran

1. Perlu dilakukan analisis multivariat.
2. Dinas Kesehatan Propinsi Kepulauan Bangka Belitung perlu melakukan program deteksi dini hipertensi bagi penduduk berumur ≥ 40 tahun.
3. Instansi – instansi kesehatan di Propinsi Kepulauan Bangka Belitung sebaiknya melakukan promosi tentang hipertensi, faktor – faktor resiko, dan penyakit lain yang akan muncul akibat hipertensi kepada pasien hipertensi secara langsung, sedangkan kepada masyarakat lain dengan promosi berupa poster dan spanduk. Tindakan dilakukan untuk meningkatkan *awareness* masyarakat terhadap hipertensi sehingga dengan kesadaran masyarakat

tersebut, diharapkan prevalensi hipertensi di Propinsi Kepulauan Bangka Belitung dapat menurun dan mewujudkan Babel Sehat.

4. Masyarakat perlu memeriksakan tekanan darahnya untuk memastikan apakah dirinya menderita hipertensi atau tidak.
5. Masyarakat Propinsi Kepulauan Bangka Belitung perlu memperhatikan pola makan khususnya pola konsumsi buah – buahan segar karena terbukti sebagai faktor protektif hipertensi, menjaga berat badan karena telah terbukti orang gemuk lebih beresiko terkena hipertensi dibandingkan orang normal, melakukan aktivitas fisik karena walaupun dalam penelitian ini hubungan hipertensi dengan merokok tidak bermakna tetapi aktivitas fisik khususnya aktivitas aerobik selama 30 – 60 menit dapat menurunkan tekanan darah, dan tidak merokok karena merokok juga berpotensi menyebabkan hipertensi karena kandungan nikotin yang dapat menimbulkan plak pada pembuluh darah.
6. Perlu dilakukan penelitian yang lebih lanjut untuk mengetahui hubungan sebab akibat antara faktor resiko dengan hipertensi.