

BAB V PENUTUP

V.1 Kesimpulan

1. Persentase derajat merokok aktif pengemudi bus non AC di PT. Mayasari Bakti adalah sebesar 9,4% derajat ringan, 53,1% derajat sedang, dan 37,5% derajat berat dari 64 pengemudi merokok aktif. Mayoritas responden yang merokok aktif adalah merokok aktif derajat sedang.
2. Persentase hipertensi primer pada pengemudi bus non AC yang merokok aktif sebesar 81,3% dari 64 pengemudi merokok aktif.
3. Terdapat pengaruh yang signifikan antara derajat merokok aktif dengan kejadian hipertensi primer pada pengemudi bus non AC di PT. Mayasari Bakti dari hasil uji statistik yang telah dilakukan.

V.2 Saran

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah dilakukan pada penelitian ini, peneliti ingin menyampaikan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi Pengemudi Bus

Adapun beberapa saran bagi pengemudi bus di PT Mayasari Bakti, yaitu :

- a. Peduli terhadap kesehatan pribadi dengan cara melakukan *medical check up* setiap 1 tahun sekali untuk usia di bawah 40 tahun, sedangkan usia di atas 40 tahun dilakukan 6 bulan sekali.
- b. Bagi pengemudi mengidap hipertensi rutin memeriksakan tekanan darahnya setiap 2 minggu sekali dalam 1 bulan.
- c. Tidak mengonsumsi makanan tinggi garam dan tinggi lemak.
- d. Sempatkan waktu olahraga yang teratur untuk kesehatan jantung minimal 1 minggu 2 kali selama 30 menit.

2. Bagi PT Mayasari Bakti

PT. Mayasari Bakti sebagai perusahaan adapun baiknya memberikan beberapa kebijakan yang dapat lebih menjejahterakan pengemudi maupun karyawan lainnya dalam aspek kesehatan seperti :

- a. Mengadakan pengecekan tekanan darah secara berkala kepada pengemudi dan karyawan yang hipertensi di PT. Mayasari Bakti setiap 2 minggu sekali dalam 1 bulan.
- b. Melarang karyawan PT. Mayasari Bakti merokok dilingkungan perusahaan.
- c. Menyediakan ruang klinik dan dokter jaga selama jam kerja agar memudahkan pengemudi atau karyawan lain berkonsultasi mengenai kesehatannya.
- d. Dianjurkan untuk mengasuransikan kesehatan pengemudi.

3. Bagi Peneliti Lain

Perlu dilakukan penelitian dengan faktor – faktor risiko tidak terkontrol dan terkontrol lainnya seperti genetik, usia, stres, konsumsi alkohol, kopi, tinggi garam, tinggi lemak, obesitas dan lain – lain yang dapat menyebabkan hipertensi primer.