

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa:

- a. Usia responden yang paling banyak dalam penelitian ini ialah usia 65 – 74 tahun (42,5%) dan mayoritas berjenis kelamin laki-laki (52,0%) serta status gizi yang paling banyak adalah normal (57,1%). Sebesar 36,5% responden adalah perokok. Sebesar 44,9% responden mengonsumsi makanan berlemak setiap 1 – 6 kali perminggu serta sebesar 4,3% responden mengalami penyakit jantung.
- b. Karakteristik yang memiliki hubungan dengan penyakit jantung pada lansia ialah status gizi dengan hasil uji statistik $p - value$ 0,000 ($p < 0,05$). Usia dan jenis kelamin tidak memiliki hubungan dengan kejadian penyakit jantung pada lansia dengan hasil $p - value$ secara berturut-turut ialah 0,167 dan 0,585 ($p > 0,05$).
- c. Perilaku merokok dengan kejadian penyakit jantung pada lansia memiliki hubungan yang signifikan dimana hasil uji statistik $p - value$ 0,000 ($p < 0,05$).
- d. Konsumsi makanan berlemak dengan kejadian penyakit jantung pada lansia memiliki hubungan yang signifikan dimana hasil uji statistik $p - value$ 0,000 ($p < 0,05$).

V.2 Saran

- a. Penelitian yang telah dilakukan menunjukkan adanya hubungan antara status gizi dengan kejadian penyakit jantung pada lansia di Indonesia sehingga diharapkan dapat menjaga asupan gizi yang baik dan seimbang sesuai dengan kebutuhan agar terhindar dari kondisi status gizi kurang maupun berlebih.

- b. Penelitian yang telah dilakukan menunjukkan adanya hubungan antara perilaku merokok dan konsumsi makanan berlemak dengan kejadian penyakit jantung pada lansia di Indonesia sehingga diharapkan dapat memulai menjalankan gaya hidup yang sehat, khususnya bagi kaula muda untuk menghindari perilaku merokok karena dampak dari merokok tidak terjadi saat ini tetapi dalam jangka waktu yang panjang, serta memulai mengonsumsi makanan yang sehat dengan menerapkan prinsip “Isi Piringku”.
- c. Peneliti berharap adanya edukasi yang dapat diberikan mengenai bahaya dari merokok dan dampak dari makanan berlemak yang dikonsumsi secara rutin terhadap kejadian penyakit jantung pada lansia di Indonesia.