

BAB 7

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan judul pengaruh *peer group education* terhadap kualitas hidup lansia dengan hipertensi di Ponkesdes Desa Palebon Kecamatan Duduksampeyan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Kualitas hidup lansia di Ponkesdes Desa Palebon Kecamatan Duduksampeyan sebelum dilakukan/diberikan intervensi *peer group education* kualitas hidup cukup baik sebanyak 24 orang (62,2%), dan
2. Kualitas hidup lansia di Ponkesdes Desa Palebon Kecamatan Duduksampeyan setelah dilakukan/diberikan intervensi *peer group education* kualitas hidup cukup baik sebanyak 31 orang (81,6%), dan kualitas hidup cukup buruk sebanyak 7 orang (18,8%).
3. Terdapat pengaruh *peer group education* terhadap kualitas hidup lansia dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas dudusampeyan ditandai dengan nilai $p\text{-value} = 0,008$ ($p < 0,05$).

7.2 Saran

1. Bagi Peneliti

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, *peer group education* dapat menambah wawasan dan pengetahuan dalam penerapan ilmu yang diperoleh sewaktu perkuliahan serta hasil penelitian dapat menambah wawasan tentang pengaruh *peer group education* kualitas hidup lansia pada penderita hipertensi.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian dapat menjadi acuan untuk dikembangkan pada penelitian yang lebih luas, misalnya dengan menambah faktor-faktor lain yang mempengaruhi kualitas hidup lansia dengan hipertensi.

3. Bagi Responden

Diharapkan bagi lansia hipertensi untuk selalu menjaga pola hidup sehat dengan melakukan kegiatan fisik dengan cara berolahraga jalan kaki dipagi hari, senam, selalu berfikir positif dan mengurangi stres dengan berkegiatan seperti berkebun, bersih rumah sehingga hipertensi bisa dicegah dan hidup menjadi lebih sehat.

