

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

- 5.1.1 Penelitian ini terdapat karakteristik responden sebagian besar berada pada kelompok usia pra lansia 45-59 tahun sebanyak 49 responden (46,2%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 83 responden (78,3%), memiliki tingkat pendidikan SMP sebanyak 29 responden (27,4%) dan bekerja sebagai ibu rumah tangga dengan jumlah 35 responden (33,0%).
- 5.1.2 Hasil pengukuran menggunakan kuesioner PSS-10 tingkat stres pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kalasan menunjukkan bahwa sebagian besar berada pada kategori stres sedang yaitu sebanyak 79 responden (74,5 %) sedangkan yang mengalami stres ringan terdapat 27 responden (25,5%)
- 5.1.3 Tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kalasan menunjukkan bahwa rata rata pada sistolik 142,7 mmHg dan diastolik dengan rata rata 86,4 mmHg
- 5.1.4 Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan tekanan darah sistolik maupun diastolik pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kalasan. Dengan hasil uji tersebut menunjukkan nilai p-value sebesar 0,775 pada tekanan darah sistolik dan 0,784 pada tekanan darah diastolik ($p > 0,05$)

5.2 Saran

Adapun saran dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

5.2.1 Bagi Puskesmas Kalasan

Tim puskesmas lebih memperhatikan lagi seperti edukasi kepatuhan minum obat antihipertensi, pengecekan tekanan darah. Namun lebih di perhatikan lagi kepada pasiennya karena masih terdapat banyak yang tekanan darahnya

masih cukup tinggi dan tidak mengonsumsi obat antihipertensi sama sekali.

5.2.2 Bagi pasien hipertensi

Diharapkan kepada pasien hipertensi dapat meningkatkan kepatuhan dalam konsumsi obat antihipertensi sesuai anjuran tenaga kesehatan, memeriksakan tekanan darah secara rutin walau tanpa keluhan, serta menerapkan pola hidup sehat seperti pengaturan pola makan, aktivitas fisik, dan pengelolaan stres, sehingga tekanan darah lebih terkontrol dan risiko komplikasi hipertensi bisa diminimalkan.

5.3.4 Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan dapat meneliti variabel lain yang berhubungan dengan tekanan darah dan mempertimbangkan desain penelitian yang lebih kuat untuk bukti hubungan yang lebih meyakinkan, termasuk alasan ketidakpatuhan minum obat dan kontrol rutin, agar hasil penelitian bisa jadi dasar intervensi yang lebih efektif. Selain itu, dapat mengeksplorasi variabel lain yang belum banyak diteliti, atau menambahkan pendekatan metodologis berbeda agar pemahaman menjadi lebih komprehensif.