

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 50 responden mengenai hubungan tingkat stres dengan tekanan darah pada pasien hipertensi ditengah pandemi COVID-19 di Puskesmas Ciputat didapatkan kesimpulan bahwa dalam penelitian ini karakteristik responden paling banyak berusia 46-55 tahun (60%), jenis kelamin perempuan (68%), pekerjaan IRT (62%), tekanan darah tidak terkontrol (70%), stres sedang (58%). Dari beberapa karakteristik yang diteliti oleh peneliti diperoleh hasil karakteristik usia, jenis kelamin, dan pekerjaan tidak terdapat hubungan dengan tekanan darah dikarenakan nilai $P > 0.05$ sedangkan untuk tingkat stres dan tekanan darah terdapat hubungan yang signifikan.

Dari analisis hubungan tingkat stres dengan tekanan darah pada pasien hipertensi ditengah pandemi COVID-19 didapatkan hasil P value adalah 0.000 ($P < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak yang berarti ada hubungan antara tingkat stres dan tekanan darah pada penderita hipertensi di tengah pandemi COVID-19 di Puskesmas Ciputat.

V.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, beberapa hal yang dapat dijadikan ulasan adalah

V.2.1 Bagi masyarakat

Masyarakat mengetahui pentingnya pengaturan stres untuk mencegah tekanan darah yang tidak terkontrol khususnya pada penderita hipertensi. Terutama pada masa pandemi yang belum tau sampai kapan berakhir. Seperti yang kita tau hipertensi merupakan salah satu penyakit komorbid dari Covid-19 dimana jika tidak dikontrol akan berakibat serius untuk kesehatan. Masyarakat dapat melakukan pengontrolan emosi baik dengan cara melakukan relaksasi nafas dalam, olahraga,

Ummi Nurahmah, 2021

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI TENGAH PANDEMI COVID-19 DI PUSKESMAS CIPUTAT

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Keperawatan Program Sarjana
[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id-www.respiratory.upnvj.ac.id]

maupun dengan cara spiritual seperti solat dan istigfar agar diberi ketenangan dalam batinnya.

Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan peningkatan tekanan darah disebabkan karena adanya sumber stressor psikologis baru dimana berupa wabah Covid-19 yang memaksa semua orang didunia terutama di Indonesia harus terbiasa dengan normal baru yang telah ditetapkan oleh pemerintah.

V.2.2 Bagi tenaga keperawatan

Tenaga keperawatan professional diharapkan mampu mengedukasi kepada masyarakat terkait pentingnya pengontrolan tekanan darah pada penderita hipertensi dan penanganan stres agar tidak menimbulkan tekanan darah yang tidak terkontrol. Tenaga keperawatan juga dapat memberikan edukasi bagaimana cara menangani stress di tengah pandemic dan memberi edukasi penanganan COVID-19, untuk mengurangi ketakutan masyarakat untuk datang ke pusat Kesehatan masyarakat.

V.2.3 Bagi penelitian selanjutnya

Untuk penelitian selanjutnya yang membahas terkait topik sejenis agar dapat dijadikan acuan dalam melakukan penelitian. Diharapkan dapat melakukan penelitian dengan subjek yang banyak dan kriteria serta faktor-faktor yang mempengaruhi dan langkah-langkah dalam pencegahan COVID-19 atau pandemi lainnya yang mendukung penelitian sehingga bisa menjadikan sebuah bahasan yang lebih luas.