

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Setelah peneliti melakukan penelitian terhadap 36 responden dan sesuai dengan tujuan penelitian yaitu menganalisis Hubungan Tingkat Stres dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Pasar Minggu Tahun 2024, maka dapat disimpulkan bahwa :

- a. Hasil gambaran karakteristik responden di Puskesmas Pasar Minggu bahwa mayoritas responden di Puskesmas Pasar Minggu adalah individu dalam kategori usia lansia akhir (56–65 tahun), dengan jumlah mencapai 22 orang (61%). Berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar responden adalah perempuan, yakni 24 orang (66,7%). Dari segi pekerjaan, 22 responden (61,1%) adalah ibu rumah tangga. Selain itu terdapat keluarga yang memiliki riwayat hipertensi sebanyak 25 responden (69,4%) dan sebagian besar responden yang mengalami hipertensi sudah >6 bulan (kronis) sebanyak 32 responden (88,9%). Pada penelitian ini mayoritas status ekonomi cenderung rendah yaitu dibawah UMP terdapat 35 responden (97,2%) dan berasal dari suku Betawi yaitu 22 responden (61,1%).
- b. Gambaran tingkat stres pada penderita hipertensi di Puskesmas Pasar Minggu mayoritas responden memiliki tingkat stres sedang sebanyak 21 orang (21%). Indikator kecemasan yang dirasakan responden berupa jantung berdebar, mudah marah, merasa khawatir, sulit untuk tidur, dan mudah merasa Lelah.
- c. Gambaran tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Pasar Minggu mayoritas menderita Hipertensi Derajat I dengan tekanan darah 140-159/90-99 mmHg sebanyak 20 responden (55,6%) dari 36 responden..
- d. Hasil analisis hubungan tingkat stress dengan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan menggunakan uji korelasi spearman

menunjukkan P-Value sebesar 0,006 ($p < 0,05$), yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Ini menunjukkan adanya hubungan signifikan antara tingkat stres dan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Pasar Minggu. Koefisien korelasi dalam penelitian ini adalah 0,449, yang termasuk dalam kategori kekuatan korelasi sedang. Korelasi positif yang teramati mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat stres, semakin tinggi pula tekanan darah, dan sebaliknya. Penelitian ini menunjukkan bahwa faktor stres berkontribusi secara signifikan terhadap peningkatan tekanan darah pada penderita hipertensi. Korelasi positif yang ditemukan menggarisbawahi pentingnya manajemen stres sebagai bagian dari pengelolaan hipertensi. Mengingat temuan ini, penting untuk mengimplementasikan program-program yang dapat mengurangi tingkat stres sebagai langkah preventif untuk mengatasi hipertensi.

V.2 Saran

Setelah dijadikan penelitian, terdapat beberapa hal yang menjadi saran sebagai perbaikan untuk peneliti terkait topik penelitian ini, yaitu:

a. Bagi Responden

Bagi responden diharapkan lebih memahami dan menerapkan informasi terkait hubungan tingkat stress yang dirasakan oleh responden akan mempengaruhi tekanan darah. Selain itu, responden juga mengetahui pentingnya dari pengelolaan stress secara efektif untuk menghindari terjadinya komplikasi hipertensi.

b. Bagi Masyarakat

Penelitian ini menyarankan agar masyarakat memahami dampak stres yang dirasakan terutama pada penderita hipertensi dikarenakan akan mempengaruhi tekanan darah serta tingkat kesadaran masyarakat lebih tinggi untuk melakukan pengelolaan stress, pemeriksaan tekanan darah secara rutin dan melakukan pengobatan agar tekanan darah tetap dalam batas normal.

c. Bagi Pelayanan Kesehatan

Bagi pelayanan kesehatan, penelitian ini menyarankan untuk memberikan edukasi yang lebih mendalam kepada masyarakat tentang pentingnya mengelola stres, pentingnya melakukan pemeriksaan tekanan darah pada penderita hipertensi dan pentingnya pola hidup yang sehat agar tidak terjadi peningkatan pada tekanan darah.

d. Bagi Institusi Pendidikan

Institusi Pendidikan khususnya pada bidang ilmu keperawatan disarankan untuk memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai informasi untuk memperbarui kurikulum terkait dengan pelayanan keperawatan. Serta, meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mahasiswa pada metode *research-led-learning* dalam manajemen hipertensi dan pentingnya pengelolaan stres

e. Bagi Penelitian di Bidang Keperawatan

Penelitian ini menyarankan agar para peneliti di bidang keperawatan terus mengembangkan literatur ilmiah terkait hubungan tingkat stress dengan tekanan darah pada penderita hipertensi. Diharapkan penelitian selanjutnya dapat mengembangkan teori keperawatan yang lebih komprehensif. Peneliti juga menyarankan untuk mengatasi keterbatasan – keterbatasan yang terdapat dalam penelitian ini dan memperluas cakupan penelitian selanjutnya.