

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Penelitian dengan judul “Gambaran Tingkat Stres Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Kasihan 1 Bantul” menghasilkan beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden mayoritas adalah perempuan dan berusia 55- 65 tahun, berada pada status menikah, pendidikan terakhir SD, pekerjaan sebagai ibu rumah tangga, lama menderita hipertensi 1-5 tahun dengan tekanan darah sistol berada pada rentang 140-150 mmHg dan tekanan darah diastol pada rentang 90 – 99 mmHg, jenis obat yang dikonsumsi berjumlah 1 dan penyebab stres adalah masalah sosial.
2. Kategori tingkat stres pada pasien hipertensi di Puskesmas Kasihan 1 Bantul sebagian besar berada pada stres sedang dengan jumlah 55 responden (76,4%).

B. SARAN

I. Bagi Pasien Hipertensi

Pasien hipertensi diharapkan dapat mengendalikan atau memanajemen stres dengan baik sehingga tekanan darah tetap terkontrol.

2. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan bagi pihak puskesmas agar dapat memberikan pendidikan kesehatan kepada pasien hipertensi terkait resiko komplikasi dari peningkatan derajat hipertensi, terutama yang diakibatkan oleh beban pikiran dan permasalahan yang memicu terjadinya stres.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian mengenai efektifitas manajemen stres untuk mengurangi tingkat stres pada pasien hipertensi, terutama melakukan pengkajian lebih lanjut terkait manajemen stres yang efektif digunakan pada pasien hipertensi dalam kategori lansia. Selain penelitian tersebut, untuk menurunkan derajat hipertensi dapat dilakukan penelitian terkait hubungan dukungan sosial dengan derajat hipertensi. Dukungan sosial dapat berupa dukungan keluarga atau lingkungan sekitarnya, harapannya dapat meminimalkan tingkat stres sekaligus menurunkan derajat hipertensi sehingga menekan terjadinya komplikasi seperti serangan jantung dan stroke.