

BAB VI

KESIMPULAN & SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Hipertensi di Puskesmas Andalas maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut.

1. Bahwasanya lebih dari separuh di dapatkan tingkat kecemasan sebanyak 35 (57.4%) lansia di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2025.
2. Lebih dari separuh di dapatkan kualitas tidur buruk sebanyak 37 (60.7%) lansia di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2025
3. Ada hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada lansia di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2025.

B. Saran

Berdasarkan dari kesimpulan yang di dapatkan maka ada beberapa saran yang dapat dilakukan dalam penelitian ini :

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya lebih mengembangkan meneliti sebagai dasar untuk pengembangan pengetahuan dan penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi hipertensi

2. Bagi Tempat Penelitian

Bagi pihak Puskesmas Andalas Padang agar gunakan hasil penelitian sebagai dasar untuk promosi kesehatan dan penyuluhan tentang faktor risiko dan pencegahan hipertensi.

3. Bagi Universitas Alifah Padang

Di harapkan penelitian ini di gunakan sebagai acuan dalam penelitian dan bahan mata kuliah keperawatan serta baham bacaan bagi pihak kampus Universitas Alifah Padang dan dapat digunakan sebaik mungkin.

