

BAB VI PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan dengan judul penelitian **“Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2025”**, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Hasil distribusi frekuensi tekanan darah dari 41 responden banyak didapatkan yaitu 20 (48.8%) responden mengalami krisis hipertensi pada lansia di Puskesmas Belimbing Kota Padang
2. Hasil distribusi frekuensi tingkat stress dari 41 responden Banyak didapatkan 16 (39%) responden mengalami stres berat (39%) mengalami stres berat pada lansia di Puskesmas Belimbing Kota Padang tahun 2025
3. Ada hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Belimbing hasil uji statistic *Chi-Square* didapatkan hubungan yang bermakna antara variabel tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Belimbing dengan *p-value* 0.000 $P \leq 0,05$. Dari penelitian ini didapatkan nilai *p-value* 0.000 maka dapat ditarik kesimpulan bahwa H_a diterima. Sehingga dapat diartikan bahwa “Ada hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Belimbing.

B. Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan kepada peneliti selanjutnya agar melakukan penelitian selanjutnya dengan menggunakan penelitian dengan memberikan Pendidikan Kesehatan dalam mengatasi atau menatalaksanaan hipertensi, agar lansia mendapatkan informasi tentang kejadian hipertensi.

2. Bagi Universitas Alifah Padang

Disarankan hasil penelitian ini dijadikan sebagai sumber bacaan untuk menambah wawasan bagi mahasiswa Keperawatan dalam melakukan praktek lapangan dan penelitian selanjutnya

3. Bagi Puskesmas Belimbing

Kepada seluruh tenaga kesehatan di Puskesmas agar melibatkan keluarga dalam membantu perawatan lansia dengan hipertensi serta melakukan pemeriksaan tekanan darah minimal sekali sebulan. Keluarga diharapkan aktif mengelola stres lansia melalui dukungan emosional, menciptakan lingkungan tenang, dan mendorong relaksasi serta aktivitas fisik ringan secara rutin.