

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil dan pembahasan yang telah dilakukan oleh peneliti mengenai hubungan variabel independen (pengetahuan dan tingkat stress) dengan variabel dependen (kejadian hipertensi), maka dapat disimpulkan, yaitu:

- 1) Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar dari 54 responden memiliki tingkat pengetahuan sedang sebanyak (50%), (51,9%) responden memiliki tingkat stress sedang dan (48,1%) responden mayoritas dengan tekanan darah yaitu Hipertensi Tingkat 1.
- 2) Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kejadian hipertensi pada dewasa awal di Puskesmas Kecamatan Kebon Jeruk.
- 3) Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stress dengan kejadian hipertensi pada dewasa awal di Puskesmas Kecamatan Kebon Jeruk.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan-kesimpulan yang diambil oleh peneliti, maka ada beberapa saran yang akan peneliti sampaikan kepada perusahaan terkait. Saran yang disampaikan yaitu :

- 1) Bagi Responden (Dewasa Awal)

Bagi responden dewasa awal khususnya di Puskesmas Kecamatan Kebon Jeruk diharapkan dapat menghindari faktor risiko terjadinya hipertensi khususnya

stress, dan mewaspadaai terjadinya hipertensi supaya dapat dicegah sedini mungkin melalui informasi yang didapat.

2) Bagi Puskesmas

Petugas kesehatan diharapkan melakukan pengukuran tekanan darah secara rutin di masyarakat untuk mengidentifikasi dan mengobati hipertensi sedini mungkin. konseling secara teratur tentang faktor-faktor yang disebabkan tekanan darah tinggi, seperti misalnya stres.

3) Bagi Peneliti Berikutnya

Diharapkan untu peneliti berikutnya, semoga di suatu saat nanti dapat berguna sebagai salah satu sumber data dan rujukan untuk peneliti berikutnya serta dapat melakukan penelitian yang lebih spesifik berdasarkan informasi yang lebih lengkap dan lebih baik.

