

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Tingkat Stress pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Bengkuring didapatkan hasil sebesar 30,8% dengan tingkat stress ringan, 42,3% tingkat stress sedang, 26,9% tingkat stress berat.
2. Merokok pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Bengkuring didapatkan hasil sebesar 46,2% dengan kebiasaan merokok dan 53,8% dengan kebiasaan tidak merokok.
3. Hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Bengkuring didapatkan hasil sebesar 67,3% dengan kejadian penyakit hipertensi dan 32,7 dengan tidak memiliki penyakit hipertensi.
4. Ada korelasi diantara tingkat stress dengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Bengkuring. (hasil uji *Chi-Square* dengan *p-value* $0.001 < 0.05$).
5. Tidak ada korelasi diantara merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Bengkuring. (hasil uji *Chi-Square* dengan *p-value* $0.617 > 0.05$).

B. Saran

1. Bagi Responden

Melalui penelitian ini, masyarakat khususnya keluarga bisa secara efektif mengatasi tingkat stress seperti kecemasan, mudah

gelisah, mudah marah, atau kesulitan istirahat pada lansia, sehingga menurunkan angka kejadian hipertensi. Dan pengetahuan bisa diberikan kepada masyarakat untuk mengendalikan stresor pada tingkat stres yang bisa menyebabkan kejadian hipertensi di masa depan pada orang dewasa yang lebih tua.

Secara efektif dengan penelitian ini masyarakat khususnya keluarga bisa merespon permasalahan tingkat stress seperti mudah merasa cemas, gelisah, mudah marah, mudah tersinggung atau sulit istirahat pada lansia yang menyebabkan hipertensi sehingga bisa menurunkan angka kejadian hipertensi. serta bisa memberikan pengetahuan bagi masyarakat untuk selalu mengontrol stressor sampai pada tingkat stress yang bisa mendatangkan kejadian hipertensi pada lansia di kemudian hari.

2. Bagi Puskesmas

Melalui adanya hal penelitian ini, diharapkan puskesmas bisa meningkatkan pelayanan kesehatan lansia melalui berbagai program promotive dan preventif seperti optimalisasi program posbindu melalui kegiatan konseling, penyuluhan dan mengaktifkan gerakan masyarakat.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Pada penelitian sebagai bentuk perkembangan penelitian ini bisa memilih desain penelitian lainnya yang lebih luas dalam

mengetahui korelasi antar variabel (sebab-akibat), seperti *kohort* dan *case control*. Saran lainnya bisa mempertimbangkan beberapa variabel perancu penelitian contohnya lingkungan sosial, aktivitas fisik, dukungan keluarga, dan lain-lain.