

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

1. Hasil frekuensi berdasarkan tingkat stress pada masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Pabelan Kabupaten Semarang sebagian besar responden mengalami stress sedang 35 responden (11,0%) dan mengalami stress berat 35 responden (11,0%)
2. Tekanan darah penderita hipertensi pada masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Pabelan Kabupaten Semarang diperoleh nilai maksimal 190, nilai minimal 140, nilai rata – rata 158.72, memiliki nilai tengah 155.00, nilai modusnya 149 dan standar devisasinya 13.927.
3. Terdapat hubungan antara tingkat stress dengan tekanan darah penderita hipertensi pada masyarakat di Wilayah kerja Puskesmas Pabelan Kabupaten Semarang dengan nilai p value = $0,000 < \alpha=0,05$.

B. Saran

1. Bagi Responden

Bagi Responden diharapkan bisa menjauhi aspek efek terbentuknya darah tinggi khususnya stress. maka, bisa melaksanakan manajemen stress

sebagai metode tingkatkan penilaian spiritualnya semacam pengajian, sehingga tidak memunculkan darah tinggi yang berat.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti berikutnya diharapkan bisa meneruskan penelitian untuk mengendalikan faktor- faktor pengganggu ataupun untuk meneliti faktor- faktor lain yang dapat diubah seperti merokok, kegemukan atau obesitas, kolesterol tinggi, nutrisi/gizi, narkoba, alkohol, dan kurang olahraga.