

BAB VI

PENUTUP

A. Simpulan

1. Sebagian besar responden di Klinik Gracia Ungaran berumur 56-60 tahun yaitu 59 (38,3%), perempuan dengan jumlah 82 responden (53,2%), dengan pekerjaan lain-lain dengan jumlah 36 responden (23,4%), tingkat pendidikan SMA 73 responden (47,4%), status perkawinan menikah sebesar 141 responden (91,6%), tidak ada riwayat hipertensi sebanyak 131 (85,1 %), dan gaya hidup tidak merokok dan minum alkohol yaitu sebanyak 131 responden (85,1 %).
2. Sebagian besar responden di Klinik Gracia Ungaran stress ringan yakni 70 responden (45,5 %) dari 154 responden (100%).
3. Kejadian hipertensi pada responden di Klinik Gracia Ungaran antara hipertensi dan tidak hipertensi dengan jumlah yang sama yaitu 77 responden (50%).
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara Tingkat stress dengan Kejadian Hipertensi di Klinik Gracia Ungaran, Kabupaten Semarang dengan nilai p value (0.013) α :0,05.

B. Saran

1. Bagi Responden

Bagi usia produktif diharapkan dapat menghindari faktor risiko terjadinya hipertensi khususnya stres. Sehingga, dapat

melakukan manajemen stres, sehingga tidak menimbulkan terjadinya penyakit hipertensi.

2. Bagi Petugas kesehatan

Bagi petugas kesehatan diharapkan melaksanakan strategi yang efektif dalam rangka program untuk mengurangi terjadinya hipertensi dengan memberikan informasi atau penyuluhan-penyuluhan secara rutin mengenai faktor-faktor yang menyebabkan hipertensi seperti stress maupun penyuluhan manajemen stress.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melanjutkan penelitian dengan mengendalikan faktor-faktor pengganggu atau dengan meneliti faktor-faktor beresiko terjadinya hipertensi seperti asupan kolesterol dan natrium sehingga diharapkan hasil yang lebih baik.