

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Kesimpulan yang diperoleh dari penelitian yang berjudul “Gambaran Kualitas Tidur Penderita Hipertensi di Desa Kajen” meliputi :

1. Responden penelitian rerata usia 59,24. Sebagian responden adalah Perempuan sebanyak 31 responden (62,0%). Memiliki tingkat pendidikan paling banyak SMA/SMK sebanyak 28 responden (56,0%). Dengan pekerjaan paling banyak Ibu Rumah Tangga (IRT) sebanyak 13 responden (26,0%).
2. Kualitas tidur penderita Hipertensi di Desa Kajen adalah Baik sebanyak 20 responden (40,0%).

#### **B. Saran**

##### 1. Bagi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini sebagai bahan acuan di perpustakaan untuk pengembangan penelitian

##### 2. Bagi Perawat

Diharapkan sebagai masukan dalam meningkatkan peran perawat mandiri dalam peningkatan pengetahuan.

##### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan menerapkan ilmu yang telah diperoleh selama pembelajaran.

##### 4. Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat memberikan informasi tentang gambaran antara kualitas tidur dengan Hipertensi sehingga masyarakat diharapkan lebih menjaga kualitas tidur dan beristirahat yang cukup.