

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa :

1. Usia paling banyak 66,9 tahun. Jenis kelamin responden lebih banyak berjenis kelamin perempuan 58 (84,1%). Pendidikan paling banyak yaitu SD 38 (55,1%). Status pernikahan yang paling banyak yaitu responden yang sudah menikah 39 (57,4%).
2. Mayoritas responden dalam kategori normal yaitu sebanyak 39 (57,4%)

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka disarankan beberapa hal sebagai berikut :

1. Bagi Institusi Pendidikan

Pihak institusi pendidikan penelitian ini akan memberi informasi pada institusi mengenai data tingkat stress dan tekanan darah pada lansia yang dapat digunakan sebagai referensi untuk melakukan penelitian.

2. Bagi Puskesmas

Bagi pihak puskesmas penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar untuk menurunkan tingkat stress dan tekanan darah pada lansia.

3. Bagi lansia

Bagi lansia yang tingkat stress dalam kategori tingkat stress ringan dan sedang, sebaiknya dapat mengontrol tingkat stressnya.

4. Bagi penelitian selanjutnya

Diharapkan untuk melakukan penelitian dengan variabel yang lebih variatif. Bagi peneliti selanjutnya peneliti ini dapat sebagai acuan untuk data dasar penelitian selanjutnya sehingga akan menambah ilmu dan pengetahuan baru mengenai gambaran tingkat stress pada lansia hipertensi. Saran dari peneliti untuk peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan variabel yang lebih variatif.