

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. SIMPULAN

Menurut hasil penelitian tentang Hubungan Kecemasan dan Kualitas Tidur pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Jati Kabupaten Kudus diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Kecemasan pasien hipertensi di Puskesmas Jati Kabupaten Kudus sebagian besar adalah kategorik kecemasan sedang yaitu sebanyak 41 responden (50,0%).
2. Kualitas tidur pasien hipertensi di Puskesmas Jati Kabupaten Kudus sebagian besar adalah kategorik kualitas tidur buruk yaitu 63 responden (76,8%).
3. Ada hubungan bermakna antara kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien hipertensi di Puskesmas Jati Kabupaten Kudus dengan nilai p sebesar 0,000 dan nilai koefisien korelasi sebesar 0,964. Semakin tinggi kecemasan semakin buruk kualitas tidur pada pasien hipertensi di Puskesmas Jati Kabupaten Kudus.

B. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan serta kelemahan yang ada dalam penelitian, peneliti memberikan saran:

1. Bagi profesi kesehatan

Profesi kesehatan perlu mengenali masalah kecemasan dan kualitas tidur pada pasien hipertensi. Diharapkan petugas kesehatan dapat memberikan penyuluhan kesehatan mengenai manajemen kecemasan sehingga kecemasan pasien bisa berkurang dan dapat memperbaiki kualitas tidur pada pasien hipertensi.

2. Bagi pasien

Bagi pasien perlu dilakukan penanganan/ penatalaksanaan kecemasan dengan segera karena dapat berdampak buruk bagi kesehatan pasien dan perlu melibatkan keluarga sebagai *support system* supaya pasien tidak cemas.

3. Bagi institusi pendidikan

Bagi institusi pendidikan keperawatan dapat menjadi tambahan informasi terkait dengan penanganan keperawatan khususnya pasien hipertensi.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Untuk penelitian selanjutnya disarankan:

- a) Meneliti faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kualitas tidur pada pasien hipertensi. Bisa juga dilakukan penelitian selanjutnya dengan metode penelitian kualitatif, untuk memperdalam perasaan responden secara lebih mendalam secara langsung, terlebih responden adalah usia ≥ 45 tahun yang mana perlu pendekatan dan pemahaman terhadap pertanyaan yang diajukan.
- b) Meneliti faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan pada pasien hipertensi
- c) Meneliti intervensi manajemen kecemasan pada pasien hipertensi