

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN REKOMENDASI**

#### **5.1 Kesimpulan**

Setelah dilakukan penelusuran terhadap jurnal – jurnal yang menjadi bahan penelitian, gambaran tingkat kecemasan pada lansia dengan hipertensi yang menjadi responden memiliki tingkat kecemasan yang paling mendominasi yaitu kecemasan dalam rentang sedang. Jurnal I didapatkan bahwa tingkat kecemasan responden ditemukan paling banyak mengalami kecemasan sedang yaitu 20 responden (46,5%), jurnal II didapatkan bahwa paling banyak 18 responden (50%) mengalami kecemasan sedang, jurnal III didapatkan bahwa paling banyak 25 responden (62.5%) mengalami tingkat kecemasan sedang, jurnal IV didapatkan bahwa paling banyak 24 responden (100%) mengalami kecemasan sedang dan jurnal V didapatkan bahwa paling banyak 30 responden (44,78%) mengalami kecemasan sedang.

#### **5.2 Rekomendasi**

- a. Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data awal atau referensi untuk peneliti selanjutnya. Diharapkan hasil penelitian ini mampu

dikembangkan berkaitan dengan kejadian hipertensi dan tingkat kecemasan yang dapat terjadi pada lansia.

b. Institusi Pendidikan

Penelitian ini juga dapat digunakan sebagai salah satu sumber bacaan atau literatur bagi mahasiswa, dosen atau civitas akademik dalam mata kuliah keperawatan gerontic khususnya mengenai gambaran tingkat kecemasan pada lansia dengan hipertensi.

c. Profesi

Peneliti merekomendasikan bahwa penelitian ini dapat digunakan oleh perawat sebagai edukator yang membantu meningkatkan pengetahuan kesehatan klien mengenai hipertensi dan kecemasan yang terjadi pada lansia, dengan kegiatan pendidikan kesehatan atau kegiatan konseling

d. Pelayanan Kesehatan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti merekomendasikan kepada pelayanan kesehatan di tingkat primer, sekunder, dan tersier diharapkan mampu meningkatkan derajat kesehatan dan dapat menekan angka peningkatan terjadinya kecemasan pada lansia khususnya yang menderita hipertensi. Caranya yaitu dengan upaya preventif dengan memberikan promosi kesehatan yang mudah dipahami oleh lansia, seperti penanganan dan pencegahan kecemasan dengan relaksasi nafas dalam dan relaksasi otot progresif. Dalam penyuluhan tersebut juga dapat lebih baik jika

dibarengi dengan diadakannya konseling masalah psikologi yang sering menyebabkan lansia menjadi cemas.