

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan dari Analisa yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa :

1. Gambaran karakteristik responden penderita hipertensi di Puskesmas Wonosari I yaitu rata-rata usia adalah  $61,31 \pm 9,68$  tahun. Pada jenis kelamin mayoritas perempuan sebanyak 25 responden (71,4%). Jenjang tingkat pendidikan responden mayoritas berada pada tingkat pendidikan SD sebanyak 17 responden (48,6%). Dari jumlah penghasilan didapatkan data bahwa 29 responden (82,9%) mendapatkan penghasilan  $\leq 2.188.041$ . Mayoritas responden yang tinggal serumah dengan keluarga sebanyak 31 orang (88,6%), yang merawat responden dalam sehari-hari mayoritas yang merawat adalah anak sebanyak 19 orang (54,3%), sedangkan untuk status pernikahan mayoritas adalah menikah dengan 27 orang (77,1%).
2. Gambaran dukungan keluarga pada penderita hipertensi di Puskesmas Wonosari I menunjukkan bahwa seluruh responden dengan kategori baik sebanyak 35 responden (100%).
3. Gambaran kualitas tidur pada penderita hipertensi di Puskesmas Wonosari I dari total 35 responden terdapat 24 responden (68,6%) memiliki kualitas tidur dengan kategori baik, sedangkan 11 responden (31,4%) memiliki kualitas tidur dengan kategori buruk.
4. Tidak ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kualitas tidur pada penderita hipertensi di puskesmas Wonosari I ( $p\text{-value} = 0,080$ )

#### B. Saran

1. Bagi Unit Kesehatan diharapkan mampu meningkatkan pemberian informasi kesehatan terutama terkait dengan dukungan keluarga dan kualitas tidur penderita hipertensi.
2. Bagi Penderita Hipertensi mampu menjaga kesehatan diri terkait dengan penyakit hipertensi dan memahami pentingnya menjaga kualitas tidur, serta dukungan keluarga dalam mengelola hipertensi.

3. Bagi Masyarakat luas, hasil ini bisa dimanfaatkan sebagai terkait pentingnya dukungan keluarga dan kualitas tidur penderita hipertensi.
4. Bagi keluarga penderita hipertensi untuk selalu mengingatkan kepada keluarga mengenai bagaimana cara mendukung anggota keluarga yang menderita hipertensi, terutama dalam menyediakan bahan atau makanan rendah garam .
5. Bagi Peneliti diharapkan untuk meneliti faktor faktor lain yang mempengaruhi kualitas tidur pada pasien hipertensi.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA