

BAB VI PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan dengan judul penelitian **“Hubungan Kualitas Tidur dengan Kejadian Hipertensi Pada lansia di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2024”**, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Lebih dari separuh yaitu 69.4% memiliki kualitas tidur buruk pada lansia di puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2024
2. Lebih dari separuh yaitu 65.3% kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2024
3. Ada hubungan Kualitas tidur dengan kejadian hipertensi pada lansia p-*value* 0,0001 di Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2024

B. Saran

1. Bagi Puskesmas Andalas Kota Padang

Melalui kepala Puskesmas agar dapat lebih meningkatkan sumber informasi tentang kejadian hipertensi pada lansia dan kualitas tidur pada lansia dan diharapkan kepada pihak Puskesmas agar dapat meningkatkan program prolanis (program pengelolaan penyakit kronis) untuk memelihara kesehatan lansia.

2. Bagi STIKes Alifah Padang

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber bacaan untuk menambah wawasan bagi mahasiswa keperawatan dalam

melakukan penelitian selanjutnya tentang hubungan kualitas tidur dengan kejadian hipertensi pada lansia.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya agar melakukan penelitian selanjutnya dengan metode lain seperti dengan melakukan penyuluhan kesehatan tentang kualitas hidup lansia dan bagaimana keadaan lansia tetap memiliki kualitas hidup yang baik.

melakukan penelitian selanjutnya tentang hubungan kualitas tidur dengan kejadian hipertensi pada lansia.

