

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, diperoleh simpulan bahwa:

1. Tekanan darah pada laki-laki dewasa muda (<45 tahun) dengan stres sama dengan tekanan darah laki-laki dewasa muda dengan tidak stres.
2. Tekanan darah pada laki-laki dewasa madya ( $\geq 45$  tahun) dengan stres lebih tinggi daripada tekanan laki-laki dewasa madya dengan tidak stres

#### **Simpulan Tambahan:**

Laki-laki dewasa madya ( $\geq 45$  tahun) dengan stres berpeluang 5,00 kali untuk terkena hipertensi dibandingkan dengan yang tidak stres.

#### **5.2 Saran**

Saran dari hasil penelitian ini, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor risiko lain yang dapat menyebabkan terjadinya hipertensi seperti faktor genetik, makanan, dan geografis. Selain itu, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut agar dapat membedakan penyebab stres yang lebih spesifik pada subjek penelitian, antara lain keluarga atau rumah tangga, masalah keuangan, konflik perorangan, kekerasan, dan gaya hidup.