

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

BAB ini berisi kesimpulan dan saran hasil dari penelitian tentang “Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Hasil Pengukuran Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi yang Menjalani Terapi Obat”. Kesimpulan ini di rangkai berdasarkan tujuan umum dan tujuan khusus penelitian. BAB ini juga menyajikan saran yang diharapkan dapat menjadi bahan masukan atau tambahan informasi bagi petugas kesehatan, pasien maupun institusi pendidikan.

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 60 responden penderita hipertensi yang menjalani terapi obat di wilayah Prolanis UPT Puskesmas Sooko pada bulan Mei 2026, dapat ditarik kesimpulan sebagian besar penderita hipertensi yang menjalani terapi obat mengalami kecemasan ringan sebanyak 31 responden (51,7%) dan kecemasan sedang sebanyak 29 responden (48,3%). Tidak ditemukan responden yang bebas dari kecemasan, yang mengindikasikan bahwa anticipatory anxiety merupakan fenomena yang merata pada seluruh populasi penelitian ini.

Sebagian besar penderita hipertensi yang menjalani terapi obat memiliki tekanan darah pada kategori Stage 2 sebanyak 32 responden (53,3%), diikuti Elevated 15 responden (25,0%), Normal 8 responden (13,3%), dan Stage 1 sebanyak 5 responden (8,3%), yang mengindikasikan bahwa kepatuhan

farmakologis saja belum cukup tanpa pengelolaan faktor psikologis secara bersamaan.

Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan hasil pengukuran tekanan darah pada penderita hipertensi yang menjalani terapi obat di wilayah Prolanis UPT Puskesmas Sooko dengan nilai p -value 0,000 ($p < 0,05$) dan koefisien korelasi (r) sebesar 0,759 yang menunjukkan hubungan kuat dengan arah positif searah, yang mekanismenya dimediasi oleh anticipatory anxiety melalui fenomena White Coat Hypertension (WCH).

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan diharapkan dapat mengintegrasikan skrining psikologis, khususnya identifikasi anticipatory anxiety, sebagai bagian rutin dari pelayanan Prolanis sebelum dilakukan pengukuran tekanan darah. Pendekatan komunikasi terapeutik seperti memberikan penjelasan singkat mengenai sifat fluktuatif tekanan darah, mengajak pasien untuk melakukan teknik napas dalam, atau memberikan jeda istirahat yang cukup sebelum pengukuran dilakukan dapat membantu mereduksi kecemasan antisipatif pasien sehingga hasil pengukuran tekanan darah yang diperoleh lebih akurat dan mencerminkan kondisi pasien yang sesungguhnya.

5.2.2 Bagi Pasien

Pasien diharapkan dapat meningkatkan kesadaran terhadap kondisi psikologisnya, khususnya dalam mengenali dan mengelola anticipatory

anxiety yang muncul menjelang pemeriksaan tekanan darah. Pasien disarankan untuk aktif menerapkan teknik relaksasi sederhana seperti teknik napas dalam, beristirahat sejenak sebelum pemeriksaan, serta berpikir positif terhadap proses pengobatan yang sedang dijalani.

5.2.3 Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur ilmu keperawatan, khususnya terkait peran anticipatory anxiety dan fenomena White Coat Hypertension dalam pengelolaan pasien hipertensi. Institusi pendidikan diharapkan dapat mendorong pengembangan penelitian lebih lanjut dengan cakupan populasi yang lebih luas, instrumen yang beragam, serta desain penelitian yang lebih komprehensif untuk memperkuat dasar bukti ilmiah dalam penatalaksanaan hipertensi secara holistik.

5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian selanjutnya dapat menyempurnakan keterbatasan penelitian ini dengan:

1. Menyertakan variabel konfounding seperti lama menderita hipertensi, gaya hidup, kepatuhan diet, aktivitas fisik, dan indeks massa tubuh, penyakit penyerta responden.
2. Mengukur secara spesifik aspek terapi farmakologis, meliputi durasi terapi, jenis dan dosis obat antihipertensi, serta tingkat kepatuhan minum obat, guna menganalisis kontribusinya terhadap variasi hasil pengukuran tekanan darah.

3. Mengembangkan desain longitudinal atau eksperimental untuk mengukur efektivitas intervensi pengelolaan anticipatory anxiety terhadap hasil pengukuran tekanan darah.

