

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dengan melakukan studi literatre review dan menganalisanya dapat di simpulkan bahwa penderita hipertensi mengalami kecemasan sedang. faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasannya ialah umur. Seseorang yang lebih dewasa akan mampu mengontrol rasa cemas karena memiliki kematangan proses berfikir, kematangan proses piker tersebut akan membuat seseorang segera mengambil keputusan apabila berada pada situasi mengancam Juga salah satu faktor yang mampu mengatasi rasa cemas yaitu pendidikan penderita yang tingkat pendidikannya lebih tinggi akan mampu mengeksplorasi perasaan dan emosionalnya ketika mengalami situasi yang mengancam. Dan jugan faktor lain yang mempengaruhi rendahnya kecemasan yaitu pengalaman, penderita yang pernah sakit akan merasa lebih tenang karena sudah mengerti cara mengatasi masalah kesehatan yang dialami. Dalam *literature review* ini menggunakan 4 jurnal yang memenuhi semua criteria pencarian . berfokus pada jurnal yang berkaitan dengan gambaran tingkat kecemasan pada hipertensi dalam rentang tahun 2010-2020 . Artikel yang digunakan dalam pembahasan ini adalah artikel yang menggunakan bahasa Indonesia .

6.2 SARAN

6.2.1 bagi penulis

Penulis dapat menjadikan penelitian ini sebagai salah satu cara untuk memberikan informasi kepada penderita hipertensi sehingga mengurangi kecemasan terhadap hipertensi

6.2.2 bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya untuk melakukan *literature riview* terkait karakteristik(lama menderita apakah ada komplikasi penyakit lain, tentang faktor-faktor yang menyebabkan tingkat kecemasan pada penderita hipertensi