

## BAB VII

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisa data bahwa Tingkat stress dan merokok terbukti bisa menyebabkan kejadian hipertensi. Tingkat stress bisa menyebabkan hipertensi dikarenakan stress dapat meningkatkan saraf simpatis yang mengakibatkan naiknya tekanan darah. Sedangkan merokok dapat meningkatkan zat inflamasi, disfungsi endotel, pembentukan plak, dan kerusakan vascular sehingga dapat menyebabkan hipertensi.

#### B. Saran

##### 1. Bagi Peneliti

Sebagai penambah wawasan dan pengalaman bagi peneliti tentang tingkat stress dan merokok dengan kejadian hipertensi. serta sebagai sarana aplikasi yang menetapkan teori yang diperoleh selama mengikuti perkuliahan.

##### 2. Bagi FIKes Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Hasil Literatur review ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi bagi institusi guna menambah perbendaharaan literatur perpustakaan dan sebagai salah satu pengembangan ilmu pengetahuan dalam pelaksanaan catur darma perguruan tinggi. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian literature review ini diharapkan memberikan masukan bagi peneliti selanjutnya sebagai data awal dalam melakukan penelitian khususnya tentang hubungan tingkat stress dan merokok dengan kejadian hipertensi.