

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan *self efficacy* dengan *self care management* pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kebun Sikolos Kota Padang Panjang dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Lebih dari setengah responden lansia dengan hipertensi menunjukkan tingkat *self efficacy* yang buruk.
2. Hampir setengah lansia dengan hipertensi memiliki *self care management* kategori tinggi.
3. Terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan *self care management* pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kebun Sikolos Kota Padang Panjang.

B. Saran

1. Bagi Lansia dan Keluarga

Diharapkan lansia di wilayah kerja Puskesmas Kebun Sikolos Kota Padang Panjang dapat ikut dalam kegiatan yang dilakukan oleh pelayanan kesehatan atau puskesmas, sehingga lansia bisa memperoleh informasi dan edukasi mengenai *self care management* hipertensi sesuai anjuran tenaga kesehatan agar tekanan darah dapat terkontrol dengan baik. Dan bagi keluarga lansia, diharapkan dapat

memberikan dukungan, motivasi serta mendampingi lansia dalam berbagai rangkaian pengobatan dan kegiatan dalam mengontrol hipertensi, agar lansia senantiasa ikut dan berpartisipasi dalam program pengobatan dan edukasi hipertensi yang diselenggarakan pihak Puskesmas.

2. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan dan Keperawatan

Data dan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti dapat dijadikan Puskesmas Kebun Sikolos sebagai sumber informasi atau masukan kepada tenaga kesehatan terutama keperawatan dalam menjalankan program untuk meningkatkan *self efficacy* lansia sehingga dapat mempertahankan dan meningkatkan *self care management* pada lansia dengan hipertensi. Selanjutnya, untuk meningkatkan *self care management* dan *self efficacy* pada lansia dengan hipertensi program yang disarankan adalah *Geragogy Based Management Education Program (GBSEP)* yang sudah diterapkan di Thailand, dimana program ini berupa program edukasi yang disesuaikan dengan kapasitas kemampuan lansia.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Peneliti berharap *self efficacy* dengan *self care management* pada lansia dengan hipertensi dapat menjadi bahan pelajaran yaitu bagaimana *self efficacy* dapat memengaruhi *self care management* lansia dengan hipertensi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti mempunyai harapan sebagai data dasar pada penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan *self efficacy* dan *self care management* pada lansia dengan hipertensi, serta peneliti selanjutnya diharapkan mampu mengembangkan penelitian ini dengan sampel yang lebih besar dan bervariasi agar hasil penelitian mengenai hubungan *self efficacy* dengan *self care management* lebih menyeluruh selain itu dapat juga menggunakan metode penelitian kualitatif untuk mempelajari makna *self efficacy* dan *self care management* yang dialami lansia dengan hipertensi.

