

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Setelah dilakukan analisis dalam penelitian tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku perawatan diri pasien hipertensi usia dewasa di Kota Padang yang dilaksanakan pada tanggal 15 Maret sampai dengan 4 April tahun 2023 dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Lebih dari separuh pasien hipertensi memiliki perawatan diri yang tidak baik. Kelompok usia yang paling banyak ditemukan adalah pada rentang usia 36-45 tahun. Proporsi jenis kelamin laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan dengan suku dominan berasal dari suku Minang. Tingkat pendidikan pada lebih dari sebagian responden sudah tinggi dan status perkawinan sebagian besar mereka sudah menikah. Lebih dari sebagian responden menderita penyakit hipertensi < 6 bulan dan kondisi berat badan yang melebihi normal mencapai lebih dari separuh responden. Lebih dari separuh juga memiliki pengetahuan yang masih rendah, bahkan efikasi diri yang kurang baik dimiliki oleh mayoritas responden. Sementara itu dukungan sosial pada mereka dominan juga masih kurang baik.
2. Dilihat dari faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku perawatan diri, diketahui bahwa faktor usia, jenis kelamin, pendidikan, lama menderita, dukungan sosial tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap perilaku perawatan diri. Sementara faktor suku, status perkawinan, Indeks Massa Tubuh (IMT), pengetahuan dan efikasi diri memiliki hubungan yang signifikan terhadap perilaku perawatan diri.

3. Faktor yang paling dominan atau paling kuat mempengaruhi perilaku perawatan hipertensi adalah faktor efikasi diri karena memiliki nilai OR paling tinggi dibandingkan variabel lainnya

B. Saran

1. Bagi Puskesmas dan Rumah Sakit

Peneliti mengharapkan seluruh tenaga kesehatan khususnya tenaga keperawatan untuk dapat lebih meningkatkan pelayanan keperawatan di lapangan terutama kepada pasien hipertensi usia dewasa dalam melakukan edukasi tentang perilaku perawatan diri pasien hipertensi untuk mencegah komplikasi dan keparahan keadaan hipertensi yang dialami. Salah satunya yaitu dengan meningkatkan faktor-faktor pendukung perawatan diri pada pasien terutama dalam peningkatan efikasi atau keyakinan dari diri pasien itu sendiri.

2. Bagi Pasien

Peneliti mengharapkan agar pasien hipertensi lebih meningkatkan perilaku perawatan diri hipertensi agar terkontrol hipertensi nya dan terhindar dari komplikasi nya. Dimana dalam perilaku perawatan diri hipertensi pasien harus memulai hidup sehat dengan cara rutin minum obat hipertensi, rutin memeriksakan tekanan darahnya ke pelayanan kesehatan terdekat, menghindari larangan serta pantangan makanan apa saja yang dianjurkan pada pasien hipertensi serta makanan apa yang tidak dibolehkan atau yang harus dibatasi pada penderita hipertensi. Pasien hipertensi juga harus meyakinkan dirinya dengan apa yang mereka lakukan sangat bermanfaat bagi mereka dalam mengontrol tekanan darah mereka.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Dengan adanya penelitian ini peneliti mengharapkan hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dan informasi ilmiah untuk meningkatkan perilaku perawatan diri pasien hipertensi usia dewasa dengan cara menanamkan nilai efikasi diri atau keyakinan dirinya dalam melakukan perilaku perawatan diri hipertensi agar tidak terjadi komplikasi yang mengakibatkan kematian.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini masih terdapat beberapa kelemahan dan keterbatasan maka peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian terkait untuk dapat:

- a. Melakukan analisis mendalam mengenai terkait faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku perawatan diri pasien hipertensi terkait efikasi diri atau keyakinan diri mereka sendiri.
- b. Melakukan penelitian secara kualitatif atau *mixed methods* guna mendapatkan informasi yang lebih mendalam terkait faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku perawatan diri pasien hipertensi usia dewasa.