

## BAB VII

### KESIMPULAN & SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan antara *self efficacy* dengan aktivitas fisik pada pasien penyakit jantung koroner di RSUP. Dr. M. Djamil Padang, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Rata-rata *self efficacy* pada pasien penyakit jantung koroner di RSUP Dr. M. Djamil Padang sebesar 47,24.
2. Rata-rata aktivitas fisik pada pasien penyakit jantung koroner di RSUP Dr. M. Djamil Padang sebesar 624,29.
3. Terdapat hubungan signifikan antara *self efficacy* dengan aktivitas fisik pada pasien penyakit jantung koroner dengan arah korelasi bernilai positif dan kekuatan hubungan sangat kuat. *Self efficacy* dapat meningkatkan 91,4% aktivitas fisik pada pasien penyakit jantung koroner.

#### B. Saran

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, terdapat beberapa hal yang dapat disarankan untuk keperluan pengembangan hasil penelitian hubungan *self efficacy* dengan aktivitas fisik pada pasien PJK sebagai berikut :

#### 1. Bagi Pelayanan Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi bagi pengembangan praktek keperawatan dalam memberikan asuhan keperawatan terkait pentingnya memiliki *self efficacy* yang baik untuk meningkatkan aktivitas fisik pada pasien PJK agar tidak terjadi kekambuhan dan penyakit berulang.

#### 2. Bagi Pendidikan Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan oleh mahasiswa/i Fakultas Keperawatan Universitas Andalas sebagai referensi dan menggunakan informasi yang berguna terkait *self efficacy* dan aktivitas fisik pada pasien dengan penyakit jantung koroner.

#### 3. Bagi profesi keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai pertimbangan dalam upaya meningkatkan peran perawat sebagai edukator, bahwa pentingnya memberikan pendidikan kesehatan dan memotivasi pasien penyakit jantung koroner (PJK) untuk menerapkan aktivitas fisik yang teratur untuk mencegah kekambuhan dan penyakit berulang melalui pendekatan *self efficacy*.

#### 4. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan bagi penelitian selanjutnya tentang *self efficacy* dan aktivitas fisik pada pasien PJK.

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat menggali pengaruh dari faktor *self efficacy* terhadap aktivitas fisik pasien PJK.

#### 5. Bagi Pasien PJK

Penelitian ini diharapkan dapat membantu pasien PJK dalam upaya meningkatkan *self efficacy* agar lebih giat dan teratur dalam melakukan aktivitas fisik guna meningkatkan derajat kesehatan, mencegah kekambuhan dan penyakit berulang. Adapun aktivitas fisik yang disarankan yaitu aktivitas fisik dengan tingkat ringan atau sedang dengan waktu yang rutin yaitu 3-5 kali dalam seminggu

