

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Lansia yang tinggal dengan pasangan dan anak sekaligus memiliki kepatuhan yang lebih tinggi pada domain kepatuhan minum obat, aktivitas fisik, dan manajemen berat badan.
2. Lansia yang tinggal dengan anak memiliki kepatuhan yang lebih tinggi pada domain diet DASH dan menghindari asap rokok.
3. Seluruh lansia yang memperoleh dukungan keluarga patuh tidak konsumsi alkohol.
4. Terdapat perbedaan yang signifikan manajemen perawatan diri lansia yang tinggal dengan pasangan, anak, pasangan dan anak pada 4 domain (kepatuhan diet DASH, aktivitas fisik, menghindari asap rokok, manajemen berat badan). Sementara pada domain kepatuhan obat dan konsumsi alkohol tidak terdapat perbedaan.

B. Saran

1. Bagi Keluarga

Pasangan lansia hipertensi diharapkan dapat membantu lansia dalam meningkatkan kepatuhan manajemen perawatan diri dengan menjauhkan paparan asap rokok dari lansia hipertensi. Peran anak diharapkan mampu menyediakan makanan yang sesuai dengan diet hipertensi yaitu diet DASH. Anggota keluarga dapat mengingatkan dan memonitoring kepatuhan

manajemen perawatan diri lansia dalam hal aktivitas fisik dan manajemen berat badan.

2. Bagi Puskesmas

Diharapkan pihak puskesmas dapat memberikan pendidikan dan edukasi kesehatan kepada keluarga yang tidak hanya terfokus pada kepatuhan minum obat tetapi juga kepatuhan terhadap lima komponen kepatuhan manajemen perawatan diri yang lain. Dan juga diharapkan kepada pihak puskesmas untuk memberikan edukasi kepada keluarga sesuai peran anggota keluarga masing-masing dan tidak hanya terfokus kepada anggota keluarga yang mendampingi saat kunjungan berobat.

3. Bagi Institusi Keperawatan

Diharapkan penelitian ini dapat memberi acuan *literature* dan digunakan untuk mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan terutama terkait manajemen perawatan diri lansia hipertensi berdasarkan sumber dukungan keluarga.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan untuk meneliti pengaruh intervensi edukasi kesehatan manajemen perawatan diri kepada keluarga lansia hipertensi serta juga dapat melihat perbandingan perilaku manajemen perawatan diri lansia hipertensi yang memiliki keluarga inti dengan yang tinggal dengan kerabat lain atau tinggal sendiri.