

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan efikasi diri dengan manajemen perawatan diri pada penderita hipertensi di Puskesmas Lubuk Alung Tahun 2024, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Sebagian besar penderita hipertensi di Puskesmas Lubuk Alung memiliki manajemen perawatan diri dalam kategori cukup. Namun, masih terdapat sebagian responden dengan manajemen perawatan diri yang kurang, menunjukkan bahwa pengelolaan hipertensi masih menjadi tantangan bagi beberapa individu, terutama pada aspek kepatuhan pengobatan dan pemeriksaan rutin.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan manajemen perawatan diri pada penderita hipertensi. Responden dengan efikasi diri tinggi lebih cenderung memiliki manajemen perawatan diri yang baik dibandingkan dengan mereka yang memiliki efikasi diri rendah. Keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengelola hipertensi terbukti memainkan peran penting dalam tindakan preventif dan pengelolaan tekanan darah.
3. Durasi hipertensi berhubungan dengan tingkat efikasi diri dan manajemen perawatan diri. Responden yang telah lama menderita hipertensi memiliki pengalaman lebih dalam mengelola tekanan darah, namun beberapa dari

mereka masih menunjukkan ketidakkonsistenan dalam mematuhi dosis obat dan melakukan monitoring tekanan darah secara rutin.

B. Saran

Saran yang diberikan peneliti yaitu:

1. Bagi Puskesmas

Puskesmas dapat meningkatkan upaya pengelolaan hipertensi melalui program deteksi dini dan pemeriksaan tekanan darah rutin bagi masyarakat, khususnya bagi lansia dan kelompok berisiko tinggi. Selain itu, program penyuluhan kesehatan yang fokus pada pentingnya manajemen perawatan diri, seperti pemantauan tekanan darah, pola makan sehat rendah garam, dan pentingnya kepatuhan pengobatan, perlu dioptimalkan.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Peneliti berharap dapat dijadikan sebagai data dan tambahan informasi dalam pengembangan bahan pelajaran terkait bagaimana efikasi diri dapat mempengaruhi manajemen perawatan diri penderita hipertensi.

3. Bagi Masyarakat

Masyarakat perlu didorong untuk lebih sadar tentang pentingnya pengelolaan hipertensi secara mandiri, termasuk pengaturan pola makan sehat, aktivitas fisik, dan kepatuhan terhadap pengobatan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya dapat mengeksplorasi lebih dalam hubungan antara efikasi diri, manajemen perawatan diri, dan faktor-faktor lain seperti tingkat stres, dukungan sosial, atau motivasi intrinsik pada penderita hipertensi.

5. Bagi tenaga kesehatan

Tenaga kesehatan diharapkan meningkatkan perannya dalam edukasi pasien, terutama terkait pentingnya manajemen perawatan diri seperti pemantauan tekanan darah, pengelolaan stres, dan kepatuhan terhadap pengobatan. Pendekatan berbasis komunitas, seperti kunjungan rumah atau posyandu lansia, dapat dilakukan untuk menjangkau pasien yang sulit mengakses layanan kesehatan. Pemberian konseling yang empatik dan tindak lanjut yang terstruktur diperlukan untuk memastikan pasien merasa didukung dalam mengelola penyakit mereka.



