

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan literasi kesehatan dengan perilaku perawatan diri pada penderita hipertensi di Puskesmas Andalas Kota Padang maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Distribusi frekuensi tingkat literasi pada penderita hipertensi di Puskesmas Andalas Kota Padang diperoleh sebagian besar (51,7%) memiliki literasi kesehatan padaa kategori rendah.
2. Distribusi frekuensi tingkat perilaku perawatan diri pada penderita hipertensi di Puskesmas Andalas Kota Padang diperoleh sebagian besar (55,8%) memiliki perilaku perawatan diri yang rendah.
3. Terdapat hubungan antara literasi kesehatan dengan perilaku perawatan diri pada penderita hipertensi di Puskesmas Andalas Kota Padang dengan nilai p value = 0,000 ($p < 0,05$).

B. Saran

1. Puskesmas Andalas Kota Padang

Puskesmas Andalas diharapkan mengembangkan program pembinaan literasi kesehatan yang berkelanjutan bagi penderita hipertensi melalui penyuluhan terjadwal, konseling individual, dan kelas manajemen penyakit kronis. Selain itu, Puskesmas perlu mengoptimalkan peran

Posbindu PTM sebagai wadah edukasi praktik seperti pengukuran tekanan darah mandiri, perencanaan menu rendah garam, dan pelatihan aktivitas fisik ringan. Pengembangan media informasi sederhana yang sesuai dengan karakteristik masyarakat—misalnya leaflet bergambar, poster tahapan self-care, serta video edukasi singkat—akan meningkatkan pemahaman pasien dan memperkuat kemampuan mereka dalam mengelola hipertensi secara mandiri.

2. Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan diharapkan meningkatkan pendekatan komunikasi terapeutik yang lebih interaktif dan berpusat pada pasien, mengingat sebagian besar responden tetap memiliki literasi rendah meskipun memperoleh informasi dari tenaga kesehatan. Petugas perlu memberikan penjelasan dengan bahasa nonteknis, mengevaluasi pemahaman pasien setelah edukasi (*teach-back method*), serta mengutamakan pendampingan dalam penerjemahan informasi kesehatan ke dalam tindakan sehari-hari. Selain itu, pelatihan rutin terkait strategi komunikasi efektif, konseling penyakit kronis, dan keterampilan mentoring dapat meningkatkan peran tenaga kesehatan dalam membentuk perilaku perawatan diri pasien hipertensi.

3. Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan tinggi kesehatan perlu memperkuat pembelajaran mengenai literasi kesehatan dan promosi kesehatan berbasis komunitas dalam kurikulum, terutama pada mahasiswa yang akan

berpraktik di layanan primer. Mahasiswa keperawatan, kebidanan, dan profesi kesehatan lainnya perlu dilatih agar mampu merancang media edukasi yang adaptif terhadap tingkat pendidikan masyarakat, serta melakukan skrining literasi kesehatan sejak awal kontak pelayanan. Integrasi kegiatan praktek lapangan di Puskesmas atau Posbindu PTM juga direkomendasikan agar calon tenaga kesehatan mampu menerapkan teori promosi kesehatan dalam konteks nyata masyarakat.

4. Peneliti Selanjutnya

Peneliti berikutnya diharapkan dapat mengeksplorasi faktor lain yang berpotensi memengaruhi perilaku perawatan diri, seperti dukungan keluarga, status ekonomi, kepercayaan terhadap tenaga kesehatan, atau kondisi psikososial. Penelitian dengan desain longitudinal atau intervensi pendidikan juga diperlukan untuk menilai efektivitas program peningkatan literasi kesehatan terhadap perubahan perilaku perawatan diri dan kontrol tekanan darah. Selain itu, pengembangan instrumen penilaian literasi kesehatan berbasis lokal dan aplikasi pendamping manajemen hipertensi berbasis digital dapat memberikan kontribusi penting bagi inovasi dalam pendidikan pasien.