

## BAB VII

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai hubungan perilaku perawatan diri dengan kejadian hipertensi pada pasien hemodialisis di RSUD Dr. Achmad Mochtar Bukittinggi, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik pasien hemodialisis menunjukkan bahwa responden berasal dari kelompok usia dewasa akhir hingga lanjut usia, dengan dominasi jenis kelamin laki-laki, sebagian besar sudah tidak bekerja, lama terapi kurang dari 2 tahun, serta memiliki status tekanan darah pre-dialisis kategori hipertensi.
2. Perilaku perawatan diri pasien hemodialisis berada pada tingkat yang bervariasi. Lebih dari separuh pasien telah menunjukkan perilaku perawatan diri yang adekuat, namun masih terdapat pasien dengan kemampuan perawatan diri yang belum adekuat.
3. Terdapat hubungan negatif yang bermakna antara perilaku perawatan diri dan kejadian hipertensi pada pasien hemodialisis dengan kekuatan hubungan lemah, yang menunjukkan bahwa semakin baik perilaku perawatan diri, kecenderungan kejadian hipertensi semakin rendah. Hubungan lemah ini mengindikasikan bahwa selain perilaku perawatan diri,

terdapat faktor lain yang juga berperan dalam memengaruhi tekanan darah pada pasien hemodialisis.

## **B. Saran**

### **1. Bagi Layanan Kesehatan**

Layanan kesehatan, khususnya unit hemodialisis, disarankan untuk memperkuat program edukasi perawatan diri secara berkelanjutan dengan fokus pada pengendalian tekanan darah. Edukasi tidak hanya menekankan kepatuhan pengobatan dan jadwal hemodialisis, tetapi juga pengelolaan stres, kualitas tidur, aktivitas fisik yang aman, serta pemantauan mandiri tekanan darah dan gejala terkait hipertensi. Pendekatan individual perlu diberikan pada pasien dengan perilaku perawatan diri yang masih tidak adekuat.

### **2. Bagi Tenaga Keperawatan**

Perawat di unit hemodialisis diharapkan dapat berperan aktif sebagai edukator dan pendamping pasien dalam meningkatkan perilaku perawatan diri. Pengkajian rutin terhadap kebiasaan perawatan diri pasien perlu dilakukan untuk mengidentifikasi aspek yang masih lemah, sehingga intervensi keperawatan dapat diarahkan secara lebih spesifik untuk mencegah hipertensi pre-dialisis yang tidak terkontrol, seperti mengajarkan teknik relaksasi untuk menambah kenyamanan dan pengelolaan kualitas tidur, edukasi pemahaman pasien terhadap gejala diri sendiri, edukasi dalam

keterlibatan keluarga dalam aktivitas dan pengelolaan stress melalui rekreasi dan *Intradialytic Exercise*.

### 3. Bagi Pasien dan Keluarga

Pasien dan keluarga disarankan untuk meningkatkan keterlibatan dalam pengelolaan perawatan diri sehari-hari, khususnya dalam menjaga kepatuhan diet, pembatasan cairan, serta mengelola stres dan istirahat yang cukup. Dukungan keluarga sangat penting dalam membantu pasien mempertahankan perilaku perawatan diri yang konsisten guna menurunkan risiko hipertensi dan komplikasi lainnya.

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengkaji faktor lain yang berpotensi memengaruhi kejadian hipertensi pada pasien hemodialisis, seperti dukungan keluarga, IDWG, tingkat stres, skala nyeri, kualitas tidur, dan kepatuhan terhadap pembatasan cairan, serta menggunakan analisis multivariat. Selain itu, penelitian dengan desain longitudinal dan pemeriksaan tekanan darah secara berulang disarankan agar dapat menggambarkan perubahan tekanan darah dari waktu ke waktu, serta meminimalisir kesalahan klasifikasi tekanan darah.