

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

- a. Berdasarkan hasil penelitian di Puskesmas Ibum yang telah dipaparkan maka dapat disimpulkan pada penderita hipertensi responden terbanyak usia 46-55 tahun. Dengan jenis kelamin perempuan, dengan lama menderita 1-4 tahun. pendidikan terakhir SD, Pekerjaan rata-rata adalah ibu rumah tangga. Faktor *self management* buruk dikarenakan kurangnya pengetahuan untuk mengontrol penyakitnya dan rata-rata *self management* buruk adalah pasien yang jarang kontrol ke puskesmas Ibum
- b. Setelah melakukan penelitian didapatkan hasil bahwa responden mempunyai *Self Management* kurang.

5.2 Saran

- a. Bagi Pendidikan Keperawatan

Setelah dilakukan penelitian didapatkan hasil bahwa responden mempunyai *self management* kurang, oleh karena itu penelitian ini dapat menjadi sebuah bahan informasi bagi keperawatan terkait gambaran *self manajemen*.

- b. Bagi Puskesmas

setelah melakukan penelitian didapatkan terdapat komponen *self management* yang kurang seperti dalam integritas diri, regulari diri, pemantauan tekanan darah, dan kepatuhan terhadap anjuran, oleh karena itu peneliti menyarankan kepada puskesmas dapat meminimalisir risiko komplikasi dan harapannya semoga kader-kader kesehatan didalam masyarakat lebih aktif untuk *screening* agar penderita hipertensi dapat mencapai kesehatan yang lebih optimal. Puskesmas juga diharapkan dapat memberikan pendidikan kesehatan kepada masyarakat agat

dapat memotivasi masyarakat agar dapat meningkatkan tingkat kesehatan dan gaya hidup menjadi ke arah yang lebih baik.

c. Bagi Perawat

Diharapkan penelitian ini akan menjadi data dasar untuk melakukan intervensi kepada pasien hipertensi agar meminimalisir komplikasi

d. Peneliti Selanjutnya

Peneliti berharap penelitian ini dapat menjadi referensi tambahan untuk melakukan penelitian selanjutnya agar meneliti hubungan/pengaruh yang berkaitan dengan self management dengan variabel yang cukup banyak yang lebih dari penelitian ini. Diharapkan bagi tenaga kesehatan dapat melakukan pendekatan kepada penderita yang mempunyai tingkat *self management* yang kurang dan cukup sehingga tingkat self management pasien akan meningkat juga melakukan kolaborasi dengan keluarga untuk memantau dan meningkatkan self management pasien.