

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dari penelitian berjudul “Gambaran Self Management Penderita Hipertensi Di Desa Gondang” dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden dalam penelitian ini diperoleh bahwa mayoritas responden adalah perempuan sebanyak 33 responden (66,0%), dengan usia 46-65 tahun sebanyak 25 responden (50,0%), berpendidikan SMA sebanyak 24 responden (48,0%), bekerja sebagai IRT sebanyak 19 responden (38,0%).
2. Self management penderita hipertensi di Desa Gondang dalam kategori baik sebanyak 34 orang (68%), self management cukup sebanyak 16 orang (32%), self management kurang sebanyak 0 orang (0,0%).
3. Self management pasien hipertensi berdasarkan indikator integrasi diri berada di kategori cukup sebanyak 33 orang (66,0%).
4. Self management pasien hipertensi berdasarkan indikator regulasi diri berada di kategori cukup sebanyak 42 orang (84,0%).
5. Self management pasien hipertensi berdasarkan indikator interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya berada di katageri cukup sebanyak 40 orang (80,0%).
6. Self management pasien hipertensi berdasarkan indikator pemantauan tekanan darah berada di kategori cukup sebanyak 39 orang (78,0%)
7. Self management pasien hipertensi berdasarkan indikator kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan berada di kategori baik sebanyak 26 orang (52,0%).

B. Saran

1. Bagi perawat
Memberikan penyuluhan kepada responden khususnya penderita hipertensi tentang pemahaman konsep hubungan *self management* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi, sehingga dapat melakukan pencegahan komplikasi hipertensi.

2. Bagi klien/masyarakat
Klien/ masyarakat dapat melakukan pencegahan komplikasi hipertensi dengan tindakan preventif dan promotif sedangkan penderita hipertensi dapat selalu menjaga kestabilan tekanan darah dengan mengatur pola hidup sehat, pemantauan tekanan darah secara rutin dan meningkatkan kepatuhan minum obat.
3. Desa institusi kesehatan terkait di Desa Gondang
Pihak kepala desa bekerjasama dengan petugas kesehatan desa setempat serta mengontrol kader/koordinasi dengan bidan desa untuk mendukung program masyarakat sehat dengan melakukan aktivitas rutin seperti kegiatan senam bersama serta kegiatan posyandu agar tekanan darah dapat selalu terpantau juga penyuluhan kesehatan secara berkala.
4. Bagi Peneliti selanjutnya
Pada peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan meneliti faktor-faktor yang mempengaruhi *self management* hipertensi serta melakukan penelitian eksperimen dengan memberikan intervensi atau penyuluhan kesehatan kepada responden.