

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan penelitian yang dapat diambil berdasarkan hasil penelitian yang telah dijabarkan pada bab sebelumnya yaitu sebagai berikut:

1. Karakteristik responden berdasarkan umur, usia paling tertinggi usia 70 tahun, Responden berdasarkan jenis kelamin sebanyak (56,0%) berjenis kelamin laki-laki, responden berdasarkan pendidikan (40,0%) berpendidikan Sekolah dasar (SD), responden berdasarkan tingkat hipertensi (64,0%) memiliki Hipertensi Stadium II.
2. Perilaku *self care management* hipertensi yang termasuk dalam ketegori sedang lebih banyak dengan presentase 68,0% .

B. Saran

Saran yang dapat diberikan berdasakan simpulan diatas yaitu sebagai berikut:

1. Bagi Lansia

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan diharapkan dapat memberikan informasi kepada lansia, mengenai manajemen perawatan diri penderita hipertensi untuk mencegah atau mengurangi resiko terjangkit hipertensi.

2. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan bagi pusat pelayanan kesehatan, untuk menyusun program promosi kesehatan dalam meningkatkan tentang masalah *self care management*. Salah satunya dengan mengadakan sosialisasi atau penyuluhan kepada masyarakat.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melengkapi penelitian ini dengan memasukan faktor-faktor lain *self care management* dengan menggunakan kuesioner yang lebih terarah. Dan akan lebih baik lagi bila penelitian selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan menggunakan indikator yang lain tentang *self care management*.