

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 usia paling tinggi 69 tahun, responden berdasarkan jenis kelamin sebanyak (56,0%) berjenis kelamin perempuan (75,3%), responden berdasarkan tingkat pendidikan (34,4%) berpendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA/SMK), berdasarkan pekerjaan (51, 6%) tidak bekerja, responden berdasarkan status merokok (78,5%) tidak merokok, responden berdasarkan durasi lama sakit (66,7%) menderita hipertensi kurang dari 5 tahun, responden berdasarkan tingkat hipertensi (68,8%) memiliki Hipertensi Derajat I.
2. Perilaku self management hipertensi yang termasuk dalam ketegori cukup lebih banyak dengan presentase 72.0%.

B. Saran

Saran yang dapat diberikan berdasarkan simpulan diatas yaitu sebagai berikut:

1. Bagi Penderita Hipertensi

Bagi responden diharapkan untuk merubah perilaku kesehatan yang lebih baik sehingga tekanan darah dapat terkontrol dan menurunkan terjadinya risiko komplikasi..

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan bagi pusat pelayanan kesehatan, untuk menyusun program promosi kesehatan dalam

meningkatkan tentang masalah perilaku *self management*. Salah satunya dengan mengadakan sosialisasi atau penyuluhan kepada masyarakat.

3. Bagi Instansi Pendidikan

Bahan Pustaka atau bahan kajian tentang perilaku *self management* diperbanyak (Sumber Terbaru) sehingga memudahkan bagi Mahasiswa untuk mencari Refrensi apabila mengambil judul serupa dengan penelitian ini.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

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