

## BAB VII

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada 65 responden mengenai Karakteristik Responden dan *Self Management* Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya Tahun 2023, maka dapat disimpulkan:

1. Karakteristik responden sebagian besar adalah usia lansia awal dengan rentang usia (46-55 tahun) sebanyak 27 orang (41.5%).
2. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin sebagian besar adalah perempuan 58 orang (89.2%).
3. Karakteristik responden dengan tingkat pendidikan responden sebagian besar berpendidikan SD yaitu 49 orang (75.4%).
4. Karakteristik responden sebagian besar bekerja sebagai ibu rumah tangga dengan jumlah 48 orang (73.8%).
5. Karakteristik responden pada penelitian ini sebagian besar memiliki tekanan darah dengan hipertensi stadium I (140-159/90-99 mmHg) sebanyak 24 orang (36.9%).
6. Karakteristik responden sebagian besar tidak memiliki penyakit penyerta atau komplikasi yaitu berjumlah 49 orang (75.4%).
7. *Self management* penderita hipertensi sebagian besar memiliki *self management* yang cukup sebanyak 43 orang (66.2%).

8. *Self management* penderita hipertensi berdasarkan integrasi diri sebagian besar berada pada kategori cukup sebanyak 39 orang (60.0%).
9. *Self management* penderita hipertensi berdasarkan regulasi diri yaitu sebagian besar dalam regulasi diri yang cukup 52 responden (80.0%).
10. *Self management* penderita hipertensi berdasarkan interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya sebagian besar berada pada kategori cukup 53 responden (81.5%).
11. *Self management* penderita hipertensi berdasarkan pemantauan tekanan darah sebagian besar adalah dengan pemantauan tekanan darah baik 25 orang (38.5%).
12. *Self management* penderita hipertensi berdasarkan kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan sebagian besar pada kategori cukup dengan 55 responden (84.6%).

## B. Saran

### 1. Bagi Peneliti

Waktu yang dibutuhkan untuk mengumpulkan data primer dapat memperlambat proses pengumpulan dan penyusunan data, mengingat adanya keterbatasan peneliti, waktu, dan jumlah responden yang terbatas.

### 2. Bagi Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Harapannya hasil penelitian ini dapat berfungsi sebagai tambahan referensi yang bermanfaat, dan fakultas juga dapat berperan aktif dalam meningkatkan *self management* penderita hipertensi melalui intervensi yang lebih efektif.

### 3. Bagi Profesi Keperawatan

Profesi keperawatan harapannya dapat memanfaatkan hasil penelitian ini untuk memperkaya pengetahuan mereka, meningkatkan edukasi kesehatan yang tepat, serta melaksanakan pemeriksaan kesehatan yang lebih baik pada kelompok penderita hipertensi.

### 4. Bagi Tempat Penelitian

Harapannya hasil penelitian ini akan memberikan panduan kepada pelayanan kesehatan, terutama Puskesmas, untuk mengembangkan strategi yang berfokus pada *self management* penderita hipertensi. Hasil penelitian ini harapannya dapat membantu penderita hipertensi dalam mengelola penyakit mereka secara lebih baik, yang pada gilirannya dapat membantu mengontrol tekanan darah dan mengurangi risiko komplikasi. Keluarga juga diharapkan berperan dalam meningkatkan kondisi kesehatan penderita hipertensi, untuk memastikan *self management* tetap efektif dan mengurangi risiko komplikasi.

### 5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan arahan kepada peneliti-peneliti selanjutnya untuk mengembangkan bidang penelitian ini lebih lanjut. Mengeksplorasi mengenai faktor-faktor yang memengaruhi *self management* hipertensi atau mengkaji hubungannya dengan kualitas hidup penderita. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi bagi peneliti-peneliti selanjutnya, untuk memperbaiki dan memajukan kualitas penelitian lebih lanjut.