

## BAB VII

### SIMPULAN & SARAN

#### A. Kesimpulan

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dengan judul Gambaran *Self Care Management* Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Cikalong Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2023, dengan jumlah sampel 50 responden setelah diolah data dan dibahas maka peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut :

1. *Self Care Mangement* pada pasien hipertensi berdasarkan indikator integrasi diri berada dalam kategori baik sejumlah 20 responden (40,0%), pada kategori cukup sejumlah 21 responden (42,0%), dan kategori kurang sejumlah 9 responden (18,0%).
2. *Self Care Mangement* pada pasien hipertensi berdasarkan indikator regulasi diri pada kategori baik sejumlah 26 responden (52,0%), pada kategori cukup sejumlah 13 responden (26,0%), dan kategori kurang sejumlah 11 responden (22,0%).
3. *Self Care Mangement* pada pasien hipertensi berdasarkan indikator interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya pada kategori baik sejumlah 28 responden (56,0%), pada kategori cukup sejumlah 12 responden (24,0%), dan kategori kurang sejumlah 10 responden (20,0%).
4. *Self Care Mangement* pada pasien hipertensi berdasarkan indikator pemantauan tekanan darah pada kategori baik sejumlah 10 responden (20,0%), pada

5. kategori cukup sejumlah 30 responden (60,0%), dan kategori kurang sejumlah 10 responden (20,0%).
6. *Self Care Mangement* pada pasien hipertensi berdasarkan indikator kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan pada kategori baik sejumlah 20 responden (40,0%), pada kategori cukup sejumlah 18 responden (36,0%), dan kategori kurang sejumlah 12 responden (24,0%).

Jadi secara keseluruhan Gambaran *Self Care Management* Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Cicalong Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2023 terbanyak berada pada kategori cukup sebanyak 30 responden (60,0%), kemudian kategori baik sebanyak 12 responden (24,0%), dan kategori kurang sebanyak 8 responden (16,0%).

## **B. Saran**

Penemuan hasil penelitian, beberapa saran yang ingin peneliti sampaikan pada pihak terkait penyusunan skripsi ini sebagai berikut :

1. Bagi Responden Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cicalong

Disarankan kepada pihak responden lebih dikurangi makanan yang mengandung natrium tinggi serta ditingkatkan lagi pola hidup sehatnya. Disarankan warga masyarakat Kecamatan Cicalong yang menjadi responden dalam penelitian ini setelah berpartisipasi dalam penelitian mulai tertarik untuk mengubah dan meningkatkan *self care management* Hipertensi yang diderita ke arah yang lebih baik.

## 2. Bagi UPTD Puskesmas Cikalong

Alangkah baiknya UPTD Puskesmas Cikalong lebih meningkatkan kualitas pelayanan dan penyuluhan mengenai Program Penyakit Tidak Menular (PTM) salah satunya hipertensi mengingat masih tingginya prevalensi hipertensi di kecamatan Cikalong sehingga masyarakat awam dapat mengetahui gambaran tentang penyakit tersebut dan cara mekanisme pengobatannya untuk meminimalisir dampak berkelanjutan yang lebih serius dari Hipertensi.

## 3. Bagi Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Disarankan kepada pihak perpustakaan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya alangkah baiknya skripsi ini boleh diakses secara offline maupun online guna meningkatkan sarana dan prasarana dalam perpustakaan sehingga mahasiswa dapat memanfaatkannya secara lebih optimal sebagai bentuk fasilitas pembelajaran dikampus.

## 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan kepada peneliti selanjutnya dalam melanjutkan penelitian dengan tema kasus yang sama harus menggunakan rencana analisis & metode yang berbeda dengan judul yang berbeda begitupun dengan populasi sampel yang lebih luas dari pada penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh peneliti.