

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan dukungan keluarga dengan perilaku pengendalian hipertensi pada lansia di Puskesmas Turi, Sleman, Yogyakarta, maka dapat disimpulkan bahwa:

- 5.1.1 Sebagian besar responden adalah perempuan, berusia 60–74 tahun, dan memiliki pekerjaan utama sebagai ibu rumah tangga.
- 5.1.2 Sebagian besar lansia mendapatkan dukungan keluarga dalam kategori baik, meliputi dukungan emosional, informasional, instrumental, dan penghargaan
- 5.1.3 Perilaku pengendalian hipertensi pada lansia berada dalam kategori sangat baik, ditunjukkan dengan kepatuhan minum obat, kontrol rutin ke fasilitas kesehatan, serta penerapan pola hidup sehat
- 5.1.4 Berdasarkan hasil analisis, seluruh responden yang memiliki dukungan keluarga kurang menunjukkan perilaku pengendalian hipertensi yang kurang, sedangkan pada responden dengan dukungan keluarga baik sebagian besar memiliki perilaku pengendalian hipertensi yang baik dengan hasil uji statistik menunjukkan hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan perilaku pengendalian hipertensi.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

5.2.1 Bagi Puskesmas

Puskesmas diharapkan terus meningkatkan program edukasi kesehatan mengenai pentingnya dukungan keluarga dalam pengendalian hipertensi. Edukasi dapat diberikan dalam bentuk penyuluhan rutin kepada keluarga pasien agar mereka lebih memahami peran pentingnya, sesuai dengan prinsip *family-centered care* yang menekankan keterlibatan keluarga dalam perawatan pasien

5.2.2 Bagi keluarga lansia

Keluarga diharapkan mempertahankan dan meningkatkan dukungan yang diberikan kepada lansia, baik berupa dukungan emosional, informasional, maupun bantuan praktis. Hal ini penting karena keluarga merupakan sistem pendukung utama yang mempengaruhi keberhasilan lansia dalam mengendalikan hipertensi. Dukungan yang konsisten akan membantu lansia lebih patuh dalam minum obat, melakukan kontrol rutin, serta menerapkan gaya hidup sehat.

5.2.3 Bagi tenaga kesehatan

Tenaga kesehatan diharapkan lebih aktif melibatkan keluarga dalam proses asuhan keperawatan pada pasien hipertensi. Hal ini dapat dilakukan melalui komunikasi terapeutik, konseling kesehatan, serta pelibatan keluarga dalam setiap tahap perencanaan perawatan. Dengan demikian, dukungan keluarga dapat lebih terarah dan efektif untuk meningkatkan perilaku pengendalian hipertensi pada lansia.

5.2.4 Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menambahkan variabel lain yang juga mempengaruhi pengendalian hipertensi, seperti tingkat pengetahuan, kepatuhan minum obat, maupun faktor gaya hidup, sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai determinan pengendalian hipertensi pada lansia.