

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

- 5.1.1 Mayoritas responden berusia di atas 60 tahun, berjenis kelamin perempuan, berpendidikan menengah atas, serta bekerja sebagai ibu rumah tangga. Sebagian besar responden telah mengidap hipertensi selama 1-5 tahun dan rutin mengonsumsi obat antihipertensi. Secara klinis, mayoritas responden tidak memiliki komorbiditas, dengan diabetes melitus dan penyakit jantung koroner sebagai penyakit penyerta terbanyak.
- 5.1.2 Mayoritas pasien hipertensi di Padukuhan Ambarukmo dan Tambakbayan wilayah kerja Puskesmas Depok III memiliki pemahaman yang baik tentang informasi dan instruksi dasar kesehatan. Tingkat literasi kesehatan mereka umumnya berada dalam kategori memadai, yang berarti mereka memiliki literasi kesehatan yang memadai.
- 5.1.3 Pasien hipertensi menunjukkan tingkat efikasi diri dalam manajemen mandiri dengan mean 59,32(10,226).
- 5.1.4 Ada hubungan positif yang signifikan dengan kekuatan sedang ditemukan antara literasi kesehatan dan efikasi diri pada pasien hipertensi ($r = 0,599$; $p = 0,000$). Ini menunjukkan bahwa semakin baik tingkat literasi kesehatan maka akan semakin tinggi juga efikasi diri dalam manajemen mandiri pasien hipertensi.

5.2 Saran

5.2.1 Akademis

5.2.1.1 Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk melengkapi metode self-report dengan indikator klinis objektif seperti riwayat pembaruan resep dan pemantauan tekanan darah, mengeksplorasi variabel pemediasi lain seperti dukungan sosial keluarga, tingkat kecemasan, dan perilaku pencarian kesehatan, serta mengembangkan studi eksperimental untuk meningkatkan literasi kesehatan dan efikasi diri secara langsung.

5.2.1.2 Bagi STIKes Panti Rapih

Bagi STIKes Panti Rapih disarankan untuk mengintegrasikan temuan intervensi berbasis dan efikasi diri ini ke dalam rancangan kegiatan program pengabdian masyarakat yang berfokus pada pelatihan literasi kesehatan di tingkat puskesmas. Hasil penelitian ini juga bisa dijadikan rujukan dalam memperbarui peta jalan penelitian di bidang promosi kesehatan dan manajemen penyakit kronis. Pihak akademis bisa mendorong riset-riset kolaboratif lintas disiplin untuk menciptakan instrumen edukasi penderita hipertensi yang terintegrasi dan berbasis bukti.

5.2.2 Praktis

5.2.2.1 Bagi Puskesmas Depok III dan tenaga kesehatan

Edukasi pasien perlu ditingkatkan melalui penggunaan media visual yang mudah dipahami oleh pasien lansia serta penderita penyakit jantung dan diabetes melitus, disertai penerapan metode evaluasi saat pemberian instruksi obat di apotek atau ruang konsultasi guna memastikan informasi diterima dengan akurat. Selain itu, pembekalan dan edukasi juga perlu diberikan kepada keluarga pasien untuk mengoptimalkan dukungan perawatan di rumah, seperti membantu menyiapkan obat dan mengingatkan jadwal kontrol secara rutin.

5.2.2.2 Bagi posbindu, Padukuhan Ambarukmo, dan Padukuhan Tambakbayan

Memaksimalkan kegiatan kelompok pendukung (*peer support group*) seperti praktik mengolah menu makanan harian rendah garam dan rendah gula secara bersama-sama dan pembekalan materi kesehatan ringan, misalnya cara membaca label kandungan gula/garam pada kemasan makanan yang disajikan lewat kuis sebagai salah satu kegiatan untuk meningkatkan literasi kesehatan masyarakat secara berkala guna mencegah kejenuhan berobat.

5.2.2.3 Bagi Keperawatan

Secara praktis, pelayanan keperawatan disarankan memasukkan pengkajian literasi kesehatan ke dalam asuhan keperawatan awal, menggunakan pendekatan instruksi visual berbasis evaluasi saat instruksi perawatan, dan melibatkan keluarga secara aktif (*family-centered care*) untuk mendukung manajemen mandiri hipertensi di rumah.