

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Secara umum, penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat beberapa faktor yang berhubungan dengan *self-care* pada klien hipertensi lansia, yaitu pengetahuan, dukungan sosial, dan *self-efficacy*.
2. Distribusi pengetahuan lansia tentang *self-care* menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik, yaitu sebesar 54,35%.
3. Distribusi dukungan sosial menunjukkan bahwa sebagian besar lansia menerima dukungan sosial yang tinggi dalam menjalankan *self-care*, yaitu sebanyak 47,83%.
4. Distribusi *self-efficacy* menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki tingkat *self-efficacy* yang tinggi dalam menjalankan perawatan diri, yaitu sebesar 58,70%.
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan *self-care* pada lansia penderita hipertensi di Puskesmas Kedaton, dengan nilai *p-value* = 0,005.
6. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan *self-care* pada lansia penderita hipertensi, dengan nilai *p-value* = 0,025.
7. Terdapat hubungan yang sangat signifikan antara *self-efficacy* dengan *self-care* pada lansia penderita hipertensi, dengan nilai *p-value* = 0,000.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pengetahuan, dukungan sosial, dan *self-efficacy* merupakan faktor-faktor yang berhubungan erat dengan perilaku *self-care* pada lansia klien hipertensi.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini, penulis memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Puskesmas Kedaton

Diharapkan dapat meningkatkan program edukasi kesehatan secara berkala kepada lansia dan keluarganya, khususnya mengenai pengelolaan hipertensi dan pentingnya *self-care*. Puskesmas juga dapat melibatkan kader posyandu lansia untuk memperkuat edukasi berbasis komunitas.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat meneliti faktor-faktor lain yang memengaruhi *self-care* lansia, seperti status ekonomi, akses layanan kesehatan, atau kondisi mental, dengan metode yang lebih luas dan pendekatan kuantitatif maupun kualitatif untuk memperkaya pemahaman.