

## BAB 5

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan tentang makna pengalaman dukungan keluarga dalam perawatan diri (Self Care) dengan hipertensi sebagai berikut:

1. Dukungan emosional keluarga hasil penelitian didapatkan bahwa: 3 partisipan mempunyai dukungan emosional keluarga yang baik sehingga dapat mempengaruhi semua perawatan diri (Self Care) hipertensi, seperti keluarga memberikan perhatian dalam pengaturan makanan yang dilarang untuk dikonsumsi partisipan, keluarga juga memberikan partisipan untuk beristirahat, keluarga memberikan perhatian mengatur jadwal minum obat dan kontrol rutin partisipan, dan keluarga memberikan perhatian terhadap partisipan saat melakukan aktifitas fisik. Adapun 1 partisipan yang mendapatkan dukungan emosional yang kurang baik dari keluarga dalam proses melakukan perawatan diri (Self Care) sehingga dapat memberikan pengaruh yang tidak baik terhadap perawatan diri (Self Care) seperti perawatan mengatur diet hipertensi, pengaturan aktifitas fisik, dan pengaturan minum dan kontrol rutin partisipan.
2. Dukungan instrumental keluarga yang baik akan mempengaruhi partisipan dalam melakukan perawatan diri (Self Care) hipertensi, adapun komponen dukungan instrumental yang keluarga meliputi :
  - a. Dukungan finansial yang diberikan keluarga (pembelian obat dan biaya

- pengobatan) hasil penelitian didapatkan bahwa 4 partisipan mendapatkan dukungan finansial yang baik dari keluarga dalam melakukan pembelian obat, dan pembiayaan pengobatan. Dukungan finansial tersebut bersumber dari anak dan partisipan sendiri.
- b. Dukungan kesediaan waktu luang, terutama pendampingan saat melakukan kontrol rutin, didapatkan Seluruh partisipan dalam penelitian ini mendapatkan dukungan instrumental pendampingan keluarga dengan baik.
  - c. Keluarga memfasilitasi sarana dan prasarana terutama dalam melakukan pemeriksaan tekanan darah atau TENSI di rumah dan alat transportasi yang digunakan partisipan dalam melakukan pemeriksaan, didapatkan 2 keluarga partisipan menyediakan alat TENSI di rumah, dan 2 keluarga partisipan tidak menyediakan alat TENSI di rumah, adapun juga semua keluarga partisipan menyediakan alat transportasi yaitu sepeda motor untuk mempermudah partisipan dalam melakukan perawatan diri (Self Care)
3. Dukungan informasi keluarga, dengan adanya dukungan informasi yang diberikan keluarga dapat mempengaruhi perawatan diri (Self Care) hipertensi terutama dalam informasi mengenai diet hipertensi, informasi tentang minum obat dan kontrol rutin dan informasi tentang aktifitas fisik. Didapatkan hasil bahwa 3 partisipan mendapatkan dukungan informasi yang baik dari keluarga, sehingga partisipan dapat melakukan perawatan diri (Self Care) dengan baik seperti : keluarga memberikan informasi

mengenai makan-makanan yang dapat meningkatkan tekanan darah, dan keluarga memberikan informasi mengenai terapi komplementer kepada partisipan.

4. Dukungan penghargaan keluarga, dengan adanya dukungan penghargaan ini dapat meningkatkan harga diri lansia dengan memberikan dorongan ketika mengalami perubahan dalam kesehatannya, dorongan yang diberikan terutama pengaturan diet dan minum obat teratur. yang diberikan keluarga selama partisipan melakukan perawatan diri (Self Care) didapatkan bahwa 2 partisipan mendapatkan dukungan penghargaan dari keluarga seperti, keluarga memberikan dorongan jika tekanan darah partisipan normal, keluarga juga memberikn kasih sayang jika keluarga menanti perhatian yang diberikan keluarga terhadap partisipan seperti: pengaturan diit hipertensi dan minum obat secara teratur. Adapun 2 partisipan yang mendapatkan penghargaan sewajarnya saya dengan ngulang kembali hasil perubahan tersebut. dan seluruh keluarga partisipan memberikan respon yang baik terhadap penyakit yang menimpa anggota keluarga

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Bagi Keluarga**

Anggota keluarga untuk total membantu dalam proses perawatan diri (Self Care) pada anggota keluarga yang menderita hipertensi, seperti: (1) memberikan perhatian yang berupa mengingatkan jadwal control, mengatur diit hipertensi, memberikan

aktivitas fisik, dan membantu mengintakan jadwal minum obat. (2) memberikan dukungan instrument yang meliputi: pembiayaan pengobatan dan pembelian obat, memberikan waktu luang untuk anggota keluarga yang menerita hipertensi dalam menjalankan perawatan diri (selfcare) , memberikan fasilitas dan sarana dalam menjalankan perawatan diri (selfcare), (3) memberikan dukungan informasi yang meliputi: memberikan saran, dan masukan, nasehat atau saran, dan memberikan informasi yang dibutuhkan penderita hipertensi dalam upaya meningkatkan status kesehatannya. (4) memberikan dukungan penghargaan yang meliputi : umpan balik pertandingan social dan persetujuan terhadap ide atau gagasan seseorang.

### **5.2.2 Bagi Lansia Hipertensi**

Pasien mampu melakukan perawatan diri dan mampu menerima masukan, saran informasi dan bantuan dari keluarga untuk meningkatkan derajat kesehatan.

### **5.2.3 Penulis lain**

Penulis selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian yang sejenis dengan meneliti lebih mendalam serta mengobservasi secara langsung tentang dukungan keluarga dalam perawatan diri (Self Care) pada lansia dengan hipertensi. Dengan menambahkan variable penelitian, membandingkan sampel penelitian dari warga yang tinggal di perkotaan dengan yang tinggal dipedesaan dalam menganalisa tingkat dukungan keluarga.