

BAB 5 PENUTUP

Pada bab ini akan di sampaikan kesimpulan dari hasil dan pembahasan penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti untuk menjawab hipotesis yang sudah di buat, serta saran-saran yang di buat peneliti sesuai dengan hasil kesimpulan yang sudah dihasilkan.

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan *self-efficacy* dengan *self-care management* pada lansia penderita hipertensi di Desa Kunitir Kecamatan Jatirejo Kabupaten Mojokerto, hasil dari uji korelasi Spearman Rank menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000 ($<0,05$) dengan nilai correlation coefficient sebesar 0,747. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan, kuat, dan positif antara *self-efficacy* dengan *self-care management* pada lansia penderita hipertensi di Desa Kunitir Kecamatan Jatirejo Kabupaten Mojokerto. Semakin tinggi *self-efficacy* yang dimiliki lansia, maka semakin baik *self-care management* yang dilakukan dalam mengendalikan hipertensi.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Lansia Penderita Hipertensi

Lansia penderita hipertensi diharapkan dapat meningkatkan keyakinan diri (*self-efficacy*) dalam menjalankan perawatan mandiri seperti rutin mengontrol tekanan darah minimal sekali dalam sebulan, menjaga pola makan, mengurangi konsumsi garam, berolahraga secara teratur, dan patuh dalam mengonsumsi obat agar *self-care*

management menjadi lebih optimal sehingga komplikasi hipertensi dapat dicegah.

5.2.2 Bagi Pelayanan Kesehatan

Tenaga kesehatan diharapkan dapat meningkatkan edukasi kesehatan, motivasi, serta pendampingan kepada lansia penderita hipertensi mengenai pentingnya *self-efficacy* dalam mendukung *self-care management*. Selain itu, pelayanan kesehatan dapat mengembangkan program promotif dan preventif seperti penyuluhan, konseling, serta kegiatan posyandu lansia secara rutin

5.2.3 Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan keperawatan diharapkan dapat mengintegrasikan materi mengenai pentingnya *self-efficacy* dalam manajemen hipertensi ke dalam proses pembelajaran, khususnya pada mata kuliah Keperawatan Gerontik dan Keperawatan Komunitas. Pihak institusi juga disarankan untuk memfasilitasi dosen serta mahasiswa dalam menyelenggarakan program penyuluhan kesehatan terstruktur, bimbingan konseling, dan pengembangan media edukasi yang aplikatif guna membantu meningkatkan keyakinan diri lansia dalam melakukan perawatan mandiri secara optimal.