

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

Pada bab 5 ini akan di uraikan simpulan dari hasil dan pembahasan tentang penelitian yang sudah di lakukan untuk menjawab hipotesis yang sudah di buat sebelumnya serta saran-saran yang ditulis oleh peneliti sesuai dengan hasil simpulan yang sudah di dihasilkan.

5.1 Simpulan

Berdasarkan penjelasan pembahasan didapatkan bahwa Hasil uji data dari *spearman rho* nilai *p value* (0.000) artinya lebih kecil dari nilai alpha (0,05). Dengan demikian H_0 ditolak yang artinya ada hubungan *frailty* syndrom dengan kualitas hidup pada pasien hipertensi lansia. Nilai *correlation coefficient* 0,574 yang bermakna tingkat hubungan yang kuat dengan arah hubungan kedua variabel adalah berkorelasi negatif artinya semakin tinggi *frailty syndrom* maka semakin tinggi kualitas hidup.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Lansia

Lansia diharapkan rutin melakukan kontrol tekanan darah, mengonsumsi obat antihipertensi sesuai anjuran tenaga kesehatan, melakukan aktivitas fisik ringan secara teratur, serta menerapkan pola hidup sehat untuk mengurangi risiko *frailty syndrome* dan mempertahankan kualitas hidup.

5.2.2 Bagi Tempat Peneliti

UPTD Puskesmas Gayaman Mojokerto diharapkan melakukan skrining *frailty syndrome* secara berkala pada lansia hipertensi serta meningkatkan kegiatan promotif dan preventif melalui edukasi, senam lansia, dan pemantauan kepatuhan pengobatan

untuk meningkatkan kualitas hidup lansia. Mengintegrasikan penilaian *frailty syndrome* ke dalam pengkajian rutin pasien hipertensi lansia serta intervensi usia lansia 60 – 80 tahun sesuai seperti edukasi lansia, latihan fisik.

5.2.3 Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan diharapkan menggunakan hasil penelitian ini sebagai referensi dalam pembelajaran keperawatan gerontik dan mendorong penelitian lanjutan mengenai intervensi yang efektif untuk menurunkan *frailty syndrome* serta meningkatkan kualitas hidup pada lansia hipertensi.

5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan menambahkan variabel lain seperti latihan fisik, edukasi kesehatan pemeliharaan nutrisi, atau program pencegahan *frailty syndrome* untuk mengetahui efektivitas intervensi tersebut dalam meningkatkan kualitas hidup pasien hipertensi lansia.

Disarankan untuk melakukan penelitian dengan menggunakan desain seperti *Kohort* atau *Quasi Eksperimental*.