

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

1. Tingkat kemandirian keluarga dalam perawatan lansia hipertensi di UPT Puskesmas Gedongan hampir setengahnya cukup mandiri.
2. Kemampuan kontrol tekanan darah pada lansia hipertensi di UPT Puskesmas Gedongan sebagian besar tergolong mampu.
3. Adanya hubungan kemandirian keluarga dengan kemampuan kontrol tekanan darah lansia hipertensi di UPT Puskesmas Gedongan.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Responden

1. Lansia disarankan minum obat sesuai jadwal dan menggunakan alarm atau kotak obat untuk mencegah lupa.
2. Keluarga disarankan mendampingi lansia melakukan kontrol tekanan darah, mengatur diet rendah garam, dan melakukan aktivitas fisik secara rutin.
3. Keluarga disarankan membagi tugas perawatan dan meminta bantuan anggota keluarga lain apabila mengalami kesulitan.

5.2.2 Bagi Puskesmas

1. Puskesmas disarankan memberikan edukasi rutin kepada lansia dan caregiver mengenai kepatuhan minum obat, diet rendah garam, aktivitas fisik, dan pemantauan tekanan darah.

2. Puskesmas disarankan melakukan pemantauan khusus terhadap keluarga dengan kemandirian rendah dan kemampuan kontrol tekanan darah kurang mampu melalui follow-up atau kunjungan rumah.
3. Puskesmas disarankan melibatkan caregiver dalam kegiatan Prolanis agar kemampuan keluarga dalam merawat lansia semakin optimal.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

1. Peneliti selanjutnya disarankan meneliti faktor lain yang memengaruhi kemampuan kontrol tekanan darah, seperti pengetahuan, dukungan keluarga, motivasi, dan akses pelayanan kesehatan.
2. Peneliti selanjutnya disarankan menggunakan jumlah sampel yang lebih besar atau melibatkan beberapa puskesmas agar hasil penelitian lebih luas.
3. Peneliti selanjutnya disarankan mengembangkan penelitian intervensi berupa edukasi atau pendampingan keluarga untuk meningkatkan kemandirian dan kontrol tekanan darah lansia.