

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Mayoritas tingkat kualitas hidup pasien hipertensi di Posyandu Lansia DK III Ngebel, Kasihan, Bantul sebelum intervensi berada dalam kategori baik, begitupun sesudah intervensi.
2. Pada kelompok intervensi, terjadi peningkatan skor kualitas hidup yang signifikan setelah mendapatkan *self-management guidance* hipertensi. Pada kelompok kontrol, terjadi peningkatan skor kualitas hidup namun tidak signifikan perbedaannya baik pada saat *pre test* ataupun *post test*.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan skor kualitas hidup pada lansia antara kelompok intervensi dan kontrol di Posyandu Lansia DK III Ngebel, Kasihan, Bantul, Yogyakarta.
4. *Self-management guidance* hipertensi berpengaruh terhadap kualitas hidup pasien hipertensi di Posyandu Lansia DK III Ngebel, Kasihan, Bantul, Yogyakarta.

#### B. Saran

Saran yang dapat diberikan oleh penulis sehubungan dengan penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### 1. Program Studi Ilmu Keperawatan

Bagi mahasiswa, tenaga pengajar ataupun dosen PSIK FKIK UMY diharapkan mencoba menggunakan *self-management guidance* hipertensi sebagai salah satu media pendidikan kesehatan untuk membantu meningkatkan kualitas hidup pasien.

#### 2. Responden

Bagi lansia penderita hipertensi di Posyandu Lansia DK III Ngebel, Kasihan, Bantul, Yogyakarta diharapkan dapat memanfaatkan *self-management guidance* hipertensi yang telah diberikan sebagai media informasi hipertensi untuk mencegah komplikasi hipertensi dan meningkatkan kualitas hidup.

#### 3. Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat mengembangkan kuesioner ataupun *self-management guidance* hipertensi ke dalam Bahasa Jawa yang mudah dimengerti oleh responden. Peneliti lain juga diharapkan memperhatikan gaya hidup responden yang dapat mempengaruhi skor kualitas hidup serta lebih memperluas wilayah dan memperbanyak responden penelitian agar dapat menggeneralisirkan hasil penelitian.

#### 4. Tempat Penelitian

Diharapkan mengembangkan penggunaan *self-management guidance* hipertensi pada penderita hipertensi lain yang belum mendapatkannya