

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden pasien hipertensi di Puskesmas Pembantu Asalau.

Mayoritas responden adalah berusia 56-65 tahun yaitu sebanyak 18 orang (30,0%), yang berusia 36-45 tahun yaitu sebanyak 12 orang (20,0%), yang berusia 46-55 tahun yaitu sebanyak 16 orang (26,7%) dan yang berusia >65 tahun yaitu sebanyak 14 orang (23,3%). Mayoritas responden adalah berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 48 orang (80,0%), sedangkan yang berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 12 orang (20,0%). Mayoritas responden adalah berpendidikan rendah (SD) yaitu sebanyak 47 orang (78,3%), berpendidikan menengah (SMP, SMA) yaitu sebanyak 11 orang (18,3%) dan berpendidikan tinggi (PT) yaitu sebanyak 2 orang (3,3%). Mayoritas responden adalah bekerja yaitu sebanyak 49 orang (81,7%), sedangkan yang tidak bekerja yaitu sebanyak 11 orang (18,3%).

2. Mayoritas tekanan darah responden sebelum diberikan *selfhipnosis* dengan audioterapi yaitu berada pada kategori hipertensi derajat 1 yaitu sebanyak 47 orang (78,3%), kategori normal yaitu sebanyak 0 (0%), kategori prehipertensi yaitu sebanyak 5 orang (8,3%) dan kategori hipertensi derajat 2 yaitu sebanyak 8 orang (13,3%). Sedangkan mayoritas tekanan darah responden setelah diberikan *selfhipnosis* dengan audioterapi yaitu berada

pada kategori hipertensi derajat 1 yaitu sebanyak 32 orang (53,3%), kategori normal yaitu sebanyak 0 (0%), kategori prehipertensi yaitu sebanyak 28 orang (46,7%) dan kategori hipertensi derajat 2 yaitu sebanyak 0 orang (0%).

3. Terdapat pengaruh *selfhipnosis* dengan audioterapi terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Pembantu Asalau dengan nilai *p-value* 0,000 (<0,05).

Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka adapun saran dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Bagi Puskesmas Pembantu Asalau

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai dasar pertimbangan baik pembaca atau perawat dalam melakukan intervensi tambahan berupa *selfhipnosis* dengan audioterapi terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

2. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi para peneliti yang berminat melakukan studi serupa, dengan menyarankan peningkatan jumlah responden dan penambahan variabel penelitian yang lain seperti kecemasan, gula darah, insomnia dan lain-lain.

3. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membuat pasien hipertensi untuk selalu memperhatikan tekanan darahnya dalam kondisi stabil, terjaga kesehatannya serta mematuhi arahan yang disarankan oleh tenaga kesehatan.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkuat kapasitas dan kualitas pendidikan, sehingga informasi yang diperoleh dari penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi tambahan dalam memperluas wawasan dan sebagai sumber rujukan dalam ilmu keperawatan terkait pengaruh *selfhipnosis* dengan audioterapi terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.