

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 64 responden pasien hipertensi di Puskesmas Karangdadap, Pekalongan pada bulan Juni 2025, dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Karakteristik responden menunjukkan bahwa sebagian besar pasien hipertensi berada pada kelompok usia <30 tahun (28,1%), berjenis kelamin perempuan (65,6%), memiliki tingkat pendidikan perguruan tinggi (43,8%), dan sebagian besar responden bekerja (89,1%).
2. Tingkat manajemen diri pasien hipertensi mayoritas berada dalam kategori cukup (53,1%), sedangkan 29,7% tergolong baik dan 17,2% kurang.
3. Tingkat kualitas hidup pasien hipertensi menunjukkan bahwa sebagian besar memiliki kualitas hidup yang baik (51,6%), meskipun hampir setengahnya (48,4%) masih berada dalam kategori buruk.
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara manajemen diri dengan kualitas hidup pasien hipertensi dengan hasil uji Rank Spearman menunjukkan nilai p-value = 0,000 dan koefisien korelasi  $\rho = 0,695$ . Ini menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan positif, yang berarti semakin baik manajemen diri pasien, maka semakin baik pula kualitas hidup yang dimilikinya.

## **B. Saran**

### 1. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi tenaga kesehatan, khususnya dokter dan perawat, untuk memperkuat pendekatan edukatif berbasis manajemen diri kepada pasien hipertensi sebagai strategi dalam meningkatkan kualitas hidup mereka.

### 2. Bagi Institusi Puskesmas Karangdadap

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar dalam merancang program edukasi kesehatan dan pemberdayaan pasien, khususnya yang berfokus pada peningkatan keterampilan manajemen diri pasien hipertensi agar dapat dijalankan secara berkelanjutan dalam pelayanan kesehatan primer.

### 3. Bagi Masyarakat dan Pasien

Pasien hipertensi dan keluarganya diharapkan dapat lebih memahami pentingnya manajemen diri dalam pengelolaan penyakit, seperti kepatuhan minum obat, pola makan sehat, olahraga teratur, dan pemantauan tekanan darah, guna meningkatkan kualitas hidup secara menyeluruh..

