

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan tujuan umum dan tujuan khusus penelitian mengenai *“Pengaruh Booklet Self-Management Berbasis Terapi Modalitas Terhadap Self-Care Penderita Hipertensi”*, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Rata-rata skor *self-care* sebelum intervensi menunjukkan bahwa pada kelompok kontrol nilai *mean* praintervensi adalah 60,08 (SD = 13,42), sedangkan pada kelompok perlakuan nilai *mean* pra intervensi sebesar 68,75 (SD = 11,78).
2. Rata-rata skor *self-care* setelah intervensi menunjukkan peningkatan pada kedua kelompok, dengan *mean* pascaintervensi sebesar 62,38 (SD = 12,66) pada kelompok kontrol dan 86,05 (SD = 9,41) pada kelompok perlakuan
3. Terdapat perubahan yang signifikan pada kelompok perlakuan setelah diberikan intervensi booklet *self-management* berbasis terapi modalitas, dengan nilai  $t = -5,675$  ( $df = 15$ ;  $p < 0,001$ ). Efek perubahan *self-care* tersebut tergolong sangat besar, ditunjukkan oleh nilai *partial eta squared* ( $\eta^2$ ) sebesar 0,230.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan keterbatasan penelitian yang telah diuraikan, beberapa saran yang dapat diberikan untuk penelitian selanjutnya, bagi penderita hipertensi, bagi tenaga kesehatan, dan bagi institusi pelayanan kesehatan adalah sebagai berikut.

1. Bagi Penelitian Selanjutnya
  - a. Melakukan pengawasan data yang lebih ketat dengan memastikan bahwa pengisian kuesioner dilakukan secara

mandiri oleh responden, tanpa perwakilan dari anggota keluarga atau pihak lain, untuk meningkatkan objektivitas dan akurasi jawaban.

- b. Menetapkan jadwal pemantauan yang lebih terstruktur dan konsisten, disertai dengan penguatan koordinasi tim dan penyesuaian strategi lapangan agar interval pemantauan tidak berubah akibat faktor cuaca, dinamika responden, maupun keterbatasan sumber daya.
- c. Mengembangkan instrumen pemantauan tambahan, seperti lembar observasi keluarga atau kader posyandu, guna memverifikasi pelaksanaan enam domain pengelolaan hipertensi dan meminimalkan bias dari data *self-report*.
- d. Melakukan uji keterbacaan booklet sebelum digunakan sebagai intervensi agar media edukasi dapat disesuaikan dengan tingkat literasi kesehatan responden, sehingga penyampaian informasi menjadi lebih efektif dan mudah dipahami.

## 2. Bagi Penderita Hipertensi

Disarankan agar bersikap jujur dan terbuka dalam memberikan informasi terkait kondisi kesehatan serta memanfaatkan booklet secara konsisten sebagai panduan dalam menjalankan enam domain pengelolaan hipertensi dan terapi modalitas yang dianjurkan

## 3. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan meningkatkan pendampingan melalui edukasi yang terstruktur, memverifikasi perilaku *self-care* dengan melibatkan keluarga atau kader, serta menyesuaikan media edukasi dengan tingkat literasi pasien.

## 4. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Disarankan memperkuat sistem pemantauan berbasis komunitas, menyediakan media edukasi yang terstandardisasi dan mudah dipahami, serta meningkatkan dukungan sumber daya dan

kegiatan promosi kesehatan guna menunjang keberlanjutan program pengelolaan hipertensi.