

BAB VI

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan tentang “Gambaran Pola Hidup Sehat dan Dukungan Keluarga pada Pasien Hipertensi di Poliklinik Jantung RS PMI Kota Bogor”, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Karakteristik usia rata-rata dalam penelitian ini berusia 52 tahun. karakteristik jenis kelamin sebagian besar responden dalam penelitian ini didominasi oleh perempuan sebanyak 35 responden (66%). Karakteristik pendidikan sebagian besar SMA, yaitu 26 responden (49%). Karakteristik status pekerjaan yang paling mendominasi dalam penelitian ini yaitu responden tidak bekerja yaitu sebanyak 31 orang (58%). Karakteristik penghasilan sebagian besar responden berpenghasilan <3.842.785 yaitu sebanyak 36 responden (68%). Karakteristik riwayat penyakit hipertensi dalam penelitian ini seluruhnya memiliki riwayat penyakit hipertensi, yaitu sebanyak 53 responden (100%).

2. Pola hidup sehat menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya pola hidup sehat baik, yaitu sebanyak 31 responden (58%), dan kurang dari setengahnya pola hidup sehat kurang, yaitu sebanyak 22 responden (42%). Pola makan sebagian besar memiliki pola makan yang baik yaitu sebanyak 30 responden (57%). Aktivitas fisik sebagian besar memiliki aktivitas fisik yang baik yaitu sebanyak 34 responden (64%) Pola tidur sebagian besar memiliki Pola Istirahat dan Tidur yang baik yaitu sebanyak 31 responden (58%).
3. Dukungan keluarga menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya dukungan keluarga tinggi, yaitu sebanyak 33 responden (62%), dan kurang dari setengahnya menunjukkan dukungan keluarga rendah yaitu sebanyak 20 responden (38%).

B. Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka dapat direkomendasikan hal-hal sebagai berikut:

1. Bagi rumah sakit

Peneliti berharap setelah mengetahui hasil penelitian ini, diharapkan pihak rumah sakit dapat mempertahankan dan meningkatkan kepuasan responden dalam hal pelayanan kesehatan, dengan cara tetap dan terus memberikan informasi ataupun pendidikan kesehatan yang responden butuhkan ketika datang ke rumah sakit, seperti menambahkan media berupa leaflet atau lembar baik mengenai bagaimana menjaga pola hidup sehat agar terhindar

dari berbagai penyakit, terutama pada responden dengan penyakit hipertensi. Selain itu, bagi tenaga kesehatan yang melayani pasien hipertensi harap tetap dihimbau bagi yang sudah memiliki pola hidup sehat yang baik agar terus mempertahankan pola hidup yang sehat.

2. Bagi institusi

Diharapkan untuk institusi Keperawatan Bogor bisa menjadikan penelitian ini sebagai bahan bacaan dan dapat mengembangkannya sehingga hasil penelitian yang peneliti lakukan dapat menjadi data dasar untuk penelitian selanjutnya.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan data yang sudah ada yaitu mengenai gambaran pola hidup sehat dan dukungan keluarga pada pasien hipertensi dapat dimanfaatkan dan dikembangkan oleh penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan pola hidup sehat pada pasien hipertensi. Misalnya diet rendah garam pada pasien hipertensi.