BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Dalam penulusuran penelitian jurnal mengenai *self management* pada pasien hipertensi ini yang mencakup jurnal pertama, kedua, ketiga,dan keempat menggambarkan bahwa *self management* pada pasien hipertensi :

1. Gambaran *self management* pada pengelolaan diet, dengan hasil rentang 2,7% - 89,1% dari empat jurnal sudah melakukan diet hipertensi.
2. Gambaran *Self management* pada aktfitas dan olahraga, dengan hasil rentang 24,9% - 70,9% dari empat jurnal sudah melakukan aktifitas olahraga.
3. Gambaran *Self management* pada pemantauan tekanan darah, dengan hasil rentang 69,6% -73,8% sebanyak dua jurnal dari empat jurnal sudah melakukan pemantauan tekanan darah.
4. Gambaran *Self management* pada kepatuhan minum obat,dengan hasil rentang 24,1% - 67,4% dari empat jurnal sudah patuh meminum obat antihipertensi.
5. Gambaran *Self management* yang melakukan berhenti merokok, dengan hasil rentang 17,4% - 84% dari empat jurnal sudah melakukan perilaku berhenti merokok.

5.2 Rekomendasi

5.2.1 Bagi Institusi Pendidikan

pihak yang terkait dapat menjadikan penelitian ini sebagai bacaan untuk menambah wawasan dan informasi mengenai *self management* pada pasien hipertensi dari beberapa komponen.

5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan hasil penelitian ini sebagai gambaran dan pembanding untuk melakukan penelitian secara langsung untuk menggambarkan fenomena secara mengenai *Self management* pada pasien hipertensi dengan komponen-komponen yang optimal didalamnya dan diusahakan untuk mengkaji lebih dalam dari setiap komponen *self management* pada pasien hipertensi.

5.2.3 Bagi Pelayanan Kesehatan

Terdapat beberapa komponen yang tidak adekuat dalam implementasi *Self Management* pada Pasien Hipertensi. Sehingga diharuskan pelayanan kesehatan memberikan pelayanan edukasi secara lisan maupun tulisann untuk meningkatkan *Self Management* pada Pasien Hipertensi.