

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Dalam penelitian dapat disimpulkan bahwa:

1. Distribusi frekuensi terbesar sebanyak 51,9% (27 responden) berusia >40 - 59 tahun.
2. Distribusi frekuensi terbesar sebanyak 46,2% (28 responden) berjenis kelamin laki-laki.
3. Distribusi frekuensi terbesar sebanyak 78,8% (41 responden) memiliki riwayat hipertensi dalam keluarga
4. Terdapat 82,7% (43 responden) dengan tingkat pengetahuan kurang baik pada saat pre test dan sebanyak 76,9% (40 responden) dengan tingkat pengetahuan baik pada saat post test setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang diet, latihan (*exercise*) dan pemeriksaan tekanan darah.
5. Terdapat 32,7% (17 responden) dengan motivasi kurang baik sebelum pendidikan kesehatan dan sebanyak 98,08% (51 responden) dengan motivasi baik setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang diet, latihan (*exercise*) dan pemeriksaan tekanan darah.
6. Tidak ada pengaruh usia terhadap motivasi untuk menjalankan diet, melaksanakan latihan (*exercise*) dan melakukan pemeriksaan tekanan darah pada pasien hipertensi $P Value = 0,846$.
7. Tidak ada pengaruh jenis kelamin terhadap motivasi untuk menjalankan diet, melaksanakan latihan (*exercise*) dan melakukan pemeriksaan tekanan darah pada pasien hipertensi $P Value = 0,253$.
8. Tidak ada pengaruh riwayat hipertensi dalam keluarga terhadap motivasi untuk menjalankan diet, melaksanakan latihan (*exercise*) dan melakukan pemeriksaan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan $P Value = 0,692$.
9. Tidak ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap motivasi untuk menjalankan diet, melaksanakan latihan (*exercise*) dan melakukan pemeriksaan tekanan darah pada pasien hipertensi, dengan $P Value = 0,173$.

10. Tidak ada pengaruh yang secara simultan atau bersama- sama antara pendidikan kesehatan, usia, jenis kelamin, riwayat hipertensi dalam keluarga, terhadap motivasi untuk menjalankan diet, melaksanakan latihan (*exercise*) dan melakukan pemeriksaan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan *P Value* = 0,526.
11. Ada Perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dilakukan pendidikan kesehatan dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang diet, latihan (*exercise*) dan pemeriksaan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan *P Value* =0,000.
12. Tidak ada perbedaan motivasi sebelum dilakukan pendidikan kesehatan dan motivasi setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang diet, latihan (*exercise*) dan pemeriksaan tekanan darah pada pasien hipertensi, dengan *P Value* = 0,45.

B. SARAN

1. Bagi Pelayanan Keperawatan

Peneliti mengharapkan agar pendidikan kesehatan yang telah dilakukan kepada penderita hipertensi selain bermaksud menambah pengetahuan pasien terhadap penyakitnya termasuk untuk menambah wawasan tenaga perawat di lingkungan pelayanan RS Santo Antonius, Pontianak dan RS dr. Soedarso, Pontianak Kalimantan - Barat tentang pentingnya pendidikan kesehatan. Diharapkan pula para perawat di kedua RS tersebut bersedia menggunakan bahan, sarana, materi dan tambahan masukan dari peneliti tentang pendidikan kesehatan yang telah dilakukan jika akan memberikan pendidikan kesehatan kepada penderita hipertensi pada masa yang akan datang.

Berdasarkan hasil penelitian ini, bahwa penderita hipertensi yang memiliki motivasi yang lebih baik untuk melakukan diet, latihan dan pemeriksaan tekanan darah adalah yang berusia >40-59 tahun maka peneliti menyarankan untuk penderita yang lebih muda terlebih yang lebih tua dari usia tersebut agar perawat selalu mengingatkan keluarga agar selalu mendampingi penderita tersebut, untuk melakukan hal tersebut diatas supaya

penderita tidak mengalami hal yang tidak diinginkan berhubungan dengan penyakitnya.

2. Bagi Pendidikan Keperawatan

Peneliti mengharapkan pendidikan kesehatan yang telah dilakukan mampu menambah pengetahuan dan wawasan para perawat pendidik tentang pentingnya pendidikan kesehatan bagi pasien hipertensi dan mendapat masukan bagaimana memberikan pendidikan kesehatan yang baik dan efektif agar apa yang diharapkan sebagai tujuan akhir yaitu tercapainya hidup yang lebih sehat dan terhindar dari komplikasi penyakitnya.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya dan Metodologis

Peneliti berharap agar penelitian ini dapat menjadi dasar untuk mengadakan penelitian lebih lanjut dalam lingkup yang sama, yaitu dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang diet, latihan (*exercise*) dan pemeriksaan tekanan darah bagi penderita hipertensi dan pengaruhnya terhadap motivasi untuk menjalankan diet, melaksanakan latihan (*exercise*) dan melakukan pemeriksaan tekanan darah yang teratur serta untuk melihat efeknya pada jangka waktu yang akan datang yaitu terhadap penurunan tekanan darah atau pada lingkup yang berbeda dengan penelitian ini.

Peneliti juga menyarankan jika memungkinkan agar penelitian selanjutnya tidak menggunakan kuesioner untuk memperoleh data tetapi menggunakan cara yang lebih dapat di percaya keakuratan atau kebenaran datanya, seperti dalam sebuah fokus grup diskusi (FGD). Serta waktu penelitian dapat lebih di perpanjang tidak hanya dalam hitungan minggu tetapi peneliti menyarankan dilakukan lebih dari 6 bulan, sehingga responden yang didapat juga akan lebih banyak.

Peneliti juga menyarankan agar perhitungan statistik yang digunakan pada penelitian selanjutnya menggunakan *LISREL*, karena variabel pada penelitian ini di dominasi oleh variabel laten. Tetapi responden yang diperlukan untuk metode *LISREL* adalah lebih dari 100 responden.

4. Bagi Peneliti

Penelitian ini sedikit banyak telah menambah pengetahuan peneliti dalam penelitian di bidang keperawatan terutama menambah pengetahuan

dan wawasan peneliti tentang pentingnya pendidikan kesehatan bagi pasien hipertensi dalam meningkatkan pengetahuan tentang penyakitnya. Dengan pengalaman melakukan penelitian ini, peneliti berharap pada masa yang akan datang lebih mampu untuk merancang sebuah bentuk pendidikan kesehatan yang lebih efektif dan efisien, baik bagi pasien hipertensi atau pasien lain yang membutuhkan. Dan menggunakan semua kekurangan dalam penelitian ini sebagai pelajaran dan pengalaman untuk meneliti lebih baik dan dengan persiapan yang lebih matang pada masa yang akan datang.

5. Bagi Pasien

Pendidikan kesehatan merupakan hal yang penting bagi pasien terutama untuk menambah pengetahuan pasien hipertensi mengenai bagaimana diet, latihan (*exercise*) dan pemeriksaan tekanan darah sehingga dengan pengetahuan yang cukup penderita memiliki motivasi yang baik untuk menjalankan diet, melaksanakan latihan (*exercise*) dan melakukan pemeriksaan tekanan darah yang teratur sehingga dapat meminimalkan komplikasi yang dapat dialami berhubungan dengan penyakitnya.

Berhubungan dengan hal tersebut diatas, maka peneliti amat mengharapkan para pasien hipertensi juga tertarik untuk secara aktif mencari informasi melalui media-media yang tersedia di masyarakat dan bukan hanya mengharapkan pendidikan kesehatan dari petugas kesehatan saja, termasuk aktif mengikuti seminar-seminar kesehatan sehingga informasi yang diterima lebih akurat, lengkap serta selalu *up to date*.

DAFTAR PUSTAKA

- Allaire T Benjamin, et al (2011), *Measuring the Impact of a Continuing Medical Education Program on Patient Blood Pressure*, diunduh 10 Januari 2013.
- Alfonso Leiva, et al (2010), *Efficacy of a brief multifactorial adherence-based intervention on reducing the blood pressure of patients with poor adherence: protocol for a randomized clinical trial*, diunduh 10 Januari 2013.
- Andry Hartono, dr (2006), *Terapi Gizi dan Diet Rumah Sakit*, Edisi 2, EGC, Jakarta.
- Bhisma Murti (2010), *Desain dan Ukuran Sampel untuk Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif di Bidang Kesehatan*, Edisi ke-2, Gadjah Mada University Presss, Yogyakarta.
- deWit&Kumagai (2013), *Medical Surgical Nursing, Concept & Practice*, Second Edition, Elsevier, USA.
- Edwards, K M, et al (2011), *Effects on blood pressure and autonomic nervous system function of a 12-week exercise or exercise plus DASH-diet intervention in individuals with elevated blood pressure*. diunduh 10 Januari 2013.
- Guay Frederic, et al (2009), *Global Motivation Scale (GMS-28)*, *Society for Personality and Social Psychology*, Ottawa, diunduh 20 Januari 2013.
- Ghozali Imam (2006), *Aplikasi SPSS*, Badan Penerbit Universitas Diponegoro, Cetakan IV. Semarang.
- Gottwald & Brown (2012), *A Guide to Practical Health Promotion*, Open University Press, USA.
- Haafkens A Joke, et al (2009), *A cluster-randomized controlled trial evaluating the effect of culturally-appropriate hypertension education among, Afro-Surinamese and Ghanaian patients in Dutch general practice: study protocol*, diunduh 10 Januari 2013.
- Han Hae Ra, et al (2011), *Development and Evaluation of a Hypertension Knowledge Test for Korean Hypertensive Patients*, From the Johns Hopkins University School of Nursing, Baltimore, MD, USA;1 Johns Hopkins University Bloomberg School of Public Health, Baltimore, MD, USA and Catholic University of Korea College of Nursing, Seoul, Korea, diunduh 10 Januari 2013.
- Hastono Priyo Sutanto (2007), *Analisis Data Kesehatan*, FKM UI, Jakarta.
- Hediyati S. Susan, et al (2011), *Non-pharmacological aspects of blood pressure management: what are the data?*, diunduh 10 Januari 2013.
- Huber L Diane (2010), *Leadership and Nursing Care Management*, Fourth Edition, Saunders Elsevier, USA.
- Huang Shuqiong, et al (2011), *The positive effect of an intervention program on the hypertension knowledge and lifestyles of rural residents over the age of 35 years in an area of China*, diunduh 10 Januari 2013
- Ignatavicius &Workman (2006), *Medical Surgical Nursing, Critical Thinking for Collaborative Care*, Volume I, Saunders, Elsevier.
- Johnson Wallace et al (2011), *The Baltimore Partnership to Educate and Achieve Control of Hypertension (The BPTEACH Trial): A Randomized Trial of the Effect of Education on Improving Blood Pressure Control in a Largely African American Population*, the School of Medicine, University of Maryland, Baltimore, MD;1 and the Pharmaceutical Health Services Research, University of Maryland, Baltimore, diunduh 10 Januari 2013.

- Kasjono Heru Subaris (2010), *Cara Praktis Memahami Biostatistik*, Gosyen Publishing, Yogyakarta.
- Latipah Eva, (2012), *Pengantar Psikologi Pendidikan*, Penerbit Pedagogia, Yogyakarta.
- Lingga Lanny, Ph.D (2012), *Bebas Hipertensi Tanpa Obat*, Penerbit PT.Agromedia Pustaka, Jakarta.
- Mandala Adi, M.Psi (2009), *Social Learning*, Universitas Mercu Buana, Jakarta.
- Maulana DJ Heri (2009), *Promosi Kesehatan*, Penerbit EGC, Jakarta.
- Mayer Brenna H, et al (2011), *Ilmu Gizi Menjadi Sangat Mudah*, Edisi ke-2, EGC, Jakarta.
- Moser&Riegel (2008), *Cardiac Nursing, A Companion to Braunwald's Heart Disease*, Saunders, Elsevier.
- Nasir Abdul, et al (2009), *Komunikasi Dalam Keperawatan, Teori dan Aplikasi*, Penerbit Salemba Medika, Jakarta.
- Pelletier G Luc, et al (2009), *Leisure Motivation Scale (LMS- 28)*, *Communication and Presentasion at congres SQRP*, Ottawa, diunduh 20 Januari 2013.
- Pelletier G Luc, et al (2009), *Sport Motivation Scale SMS-28*, *International Journal of Sport Psychology*, Ottawa, diunduh 20 Januari 2013.
- Potter & Perry (2013), *Fundamentals of Nursing*, Eight Edition, Elsevier, USA.
- Ribeiro G Amanda, et al (2011), *Non-pharmacological treatment of hypertension in primary health care: A comparative clinical trial of two education strategies in health and nutrition*, diunduh 10 Januari 2013.
- Robbins & Cotran (2005), *Pathologic Basis of Disease*, Edition 7th, Saunders, Elsevier.
- Santjaka Aris (2011), *Statistik untuk Penelitian Kesehatan, Multivariat dan Non Parametrik*, Nuha Medika, Yogyakarta.
- Sarjono & Julianita (2011), *SPSS vs LISREL, Sebuah Pengantar, Aplikasi Riset*, Penerbit Salemba Empat, Jakarta.
- Shen Tian (2011), *Factors associated with prevalence, awareness,treatment and control of hypertension in urban adults from 33 communities in China: the CHPSNE Study*, diunduh 10 Januari 2013.
- Shiue Ivy, et al (2011), *Suboptimal awareness and control of hypertension increases the risk of subarachnoid hemorrhage in the community: results from the ACROSS*, diunduh 10 Januari 2013
- Suliha Uha, et al (2011), *Pendidikan Kesehatan dalam Keperawatan*, Penerbit EGC, Jakarta.
- Sunaryo, Drs, M.Kes (2009), *Psikologi untuk Keperawatan*, Penerbit EGC, Jakarta.
- Susilo Hary W & Aima Havidz (2013), *Skala Pengukuran dan Instrumen Penelitian, Aplikasi SPSS Pada Penelitian Ilmu Keperawatan*, In Media, Jakarta.
- Susilo Hary W & Limakrisna (2012), *Bio Statistika Lanjut, Aplikasi dengan SPSS dan LISREL pada Ilmu Keperawatan*, Trans Info Media, Jakarta.
- Susilo Hary W & Limakrisna (2012), *Cermat Menyusun Kuisoner Penelitian Ilmu Keperawatan*, Trans Info Media, Jakarta.
- Upton Penney (2012), *Psikologi Perkembangan*, Penerbit Erlangga Jakarta.
- Zuxun Lu, et al (2012), *Effectiveness of interventions for hypertension care in the community – a meta-analysis of controlled studies in China*, diunduh 10 Januari 2013.