

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Setelah dilakukan penelitian terhadap 150 orang responden dan sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan spiritualitas dengan coping lansia hipertensi di wilayah Kelurahan Grogol, dapat disimpulkan bahwa:

- a. Gambaran karakteristik responden lansia hipertensi di wilayah Kelurahan Grogol yaitu rata-rata responden berusia 65.33 tahun. Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan, memiliki pendidikan terakhir Sekolah Dasar (SD), rata-rata telah mengalami hipertensi selama 5.78 tahun, beragama islam, dan tinggal bersama keluarga.
- b. Mayoritas lansia hipertensi di wilayah Kelurahan Grogol memiliki efikasi diri yang tinggi. Sebagian besar setuju bahwa mereka mampu memikirkan cara untuk mengatasi masalah hipertensi, yakin dapat menyelesaikan masalah hipertensi jika bersungguh-sungguh, dan tahu bagaimana cara menghadapi masalah hipertensi yang dialami.
- c. Mayoritas lansia hipertensi di wilayah Kelurahan Grogol memiliki tingkat spiritualitas yang tinggi. Tergambarkan hampir seluruh responden sependapat bahwa mereka bersyukur atas segala sesuatu yang diterima, menemukan kenyamanan dalam agama dan spiritualitas mereka, serta hilangnya rasa khawatir terhadap suatu masalah ketika beribadah.
- d. Mayoritas lansia hipertensi di wilayah Kelurahan Grogol memiliki kemampuan adaptasi atau coping yang tinggi. Kebanyakan responden menyetujui bahwa mereka menerima kenyataan mengalami penyakit hipertensi, selalu berusaha mengatasi hipertensi yang dialami, dan tidak pernah mengonsumsi sesuatu yang buruk seperti alkohol dan obat-obatan lain agar merasa tenang melewati masalah hipertensi.

- e. Terdapat hubungan antara efikasi diri dengan koping lansia hipertensi di wilayah Kelurahan Grogol, dimana responden yang memiliki efikasi diri tinggi berpeluang lebih banyak memiliki koping yang juga tinggi.
- f. Terdapat hubungan antara spiritualitas dengan koping lansia hipertensi di wilayah Kelurahan Grogol, dimana responden dengan spiritualitas tinggi memiliki peluang lebih besar dalam koping yang tinggi.

## V.2 Saran

Setelah dilakukannya penelitian, terdapat beberapa hal yang perlu menjadi perhatian, saran peneliti diantaranya adalah:

### a. Bagi Responden

Disarankan lansia dapat merasa lebih yakin, percaya diri, dan lebih berusaha dalam mengendalikan hipertensi yang dialami melalui pemeriksaan tekanan darah secara rutin, konsumsi obat anti hipertensi, dan modifikasi gaya hidup. Lansia dengan hipertensi juga diharapkan dapat meningkatkan spiritualitas melalui kegiatan keagamaan baik secara publik ataupun secara pribadi dan meningkatkan hubungan yang harmonis dengan orang lain.

### b. Bagi Keluarga

Keluarga hendaknya dapat memberikan dukungan dalam bentuk emosional (kepedulian dan perhatian), informasional (nasehat, bimbingan, dan saran), instrumental (finansial dan material), serta penghargaan (dorongan dan motivasi) agar lansia dengan hipertensi mampu meningkatkan perilaku kesehatan. Keluarga juga dapat memfasilitasi kegiatan pemeriksaan tekanan darah ke pelayanan kesehatan secara rutin, pemantauan konsumsi obat anti hipertensi, hingga memberikan bimbingan terkait perubahan gaya hidup agar penyakit hipertensi yang dialami oleh lansia dapat terkendali.

### c. Bagi Pelayanan Kesehatan

#### 1) Bagi Perawat

Perawat dapat meningkatkan promosi kesehatan melalui kegiatan edukasi dan konseling terkait dengan adaptasi atau koping

kepada lansia hipertensi. Kegiatan terkait juga dapat dilaksanakan dengan melibatkan keluarga lansia agar dukungan sosial dari keluarga baik dalam bentuk emosional, informasional, instrumental, hingga penghargaan dapat ditingkatkan.

#### 2) Bagi Puskesmas

Puskesmas sebagai pelayanan kesehatan hendaknya dapat memfasilitasi pembentukan program-program kepada lansia dengan hipertensi terkait peningkatan koping berbasis efikasi diri dan spiritualitas. Program tersebut dapat berbentuk program pelatihan manajemen diri, *self-help group*, ataupun terapi spiritual emosional.

#### d. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil temuan dalam penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dan acuan dalam pengembangan modul atau bahan ajar terkait asuhan keperawatan komunitas pada agregat lanjut usia khususnya lansia dengan hipertensi.

#### e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat memperluas ranah penelitian dengan menambahkan variabel-variabel lain seperti dukungan keluarga, dukungan sosial masyarakat, pengetahuan, dan sosial ekonomi untuk memperkaya hasil penelitian terkait koping pada lansia dengan hipertensi.