

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Merujuk pada hasil penelitian terhadap 100 responden penderita hipertensi mengenai Hubungan *Self-Compassion* dengan Patuh Minum pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Kembangan maka kesimpulan yang dapat ditarik dari penelitian ini antara lain:

- a. Gambaran karakteristik untuk penelitian yang melibatkan 100 responden ini terdiri dari pasien dengan berbagai karakteristik demografis. Mayoritas pasien berada dalam kategori dewasa paruh baya (41-65 tahun) sebesar 82%, sementara 17% berusia dewasa muda (19-40 tahun) dan 1% berusia ≥ 65 tahun. Dari segi jenis kelamin, 54% responden adalah perempuan dan 46% laki-laki. Tingkat pendidikan menunjukkan bahwa mayoritas responden (79%) memiliki pendidikan terakhir SMA/K, diikuti oleh 10% dengan Diploma/Sarjana, 6% lulusan SMP, dan 5% lulusan SD.

Berdasarkan status pekerjaan, mayoritas responden bekerja sebagai pegawai swasta (38%), diikuti oleh wiraswasta (21%), ibu rumah tangga (27%), pensiunan/tidak bekerja (12%), serta PNS/TNI/POLRI (2%). Dari segi status pembiayaan, seluruh responden (100%) menggunakan asuransi BPJS dalam pembiayaan perawatan mereka. Status perkawinan juga menunjukkan bahwa 100% responden sudah menikah.

Dalam hal riwayat hipertensi, mayoritas pasien hipertensi yang dirawat memiliki durasi penyakit dalam kategori jangka pendek (< 5 tahun) sebesar 77%, diikuti oleh jangka sedang (5-9 tahun) sebesar 15%, dan jangka panjang (> 10 tahun) sebesar 8%. Sementara itu, mayoritas pasien (90%) hanya mengonsumsi 1 jenis obat hipertensi, sedangkan 10% mengonsumsi lebih dari satu jenis obat dalam pengobatan hipertensinya.

- b. Gambaran *self-compassion* pada penderita hipertensi di Puskesmas Kembangan yang menjadi responden dalam penelitian ini menunjukkan mayoritas responden memiliki tingkat *self-compassion* tinggi sebanyak 61 orang (61%).
- c. Gambaran patuh minum obat pada penderita hipertensi di Puskesmas Kembangan yang menjadi responden dalam penelitian ini menunjukkan mayoritas responden memiliki tingkat patuh minum obat rendah sebanyak 40 orang (40%).

Berdasarkan hasil uji *chi-square*, diperoleh nilai signifikansi sebesar $<0,001$ ($<0,05$). Karena nilai *p-value* lebih kecil dari 0,05, maka hasil ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *self-compassion* dengan kepatuhan minum obat pada penderita hipertensi di Puskesmas Kembangan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa penderita hipertensi dengan tingkat *self-compassion* yang tinggi cenderung lebih patuh dalam mengonsumsi obat sesuai anjuran. Sebaliknya, penderita hipertensi dengan *self-compassion* yang rendah cenderung memiliki tingkat kepatuhan yang lebih rendah dalam mengonsumsi obat.

V.2 Saran

a. Bagi Institusi

Institusi akademik diharapkan mengembangkan lebih banyak penelitian terkait *self-compassion* dalam kepatuhan pengobatan hipertensi serta menyelenggarakan seminar dan pelatihan yang mengintegrasikan aspek psikologis dalam manajemen penyakit kronis. Selain itu, kerja sama dengan fasilitas kesehatan dapat dilakukan untuk mengembangkan program edukasi berbasis psikologi kesehatan, guna meningkatkan kesadaran tenaga medis dan pasien dalam mengelola penyakit secara lebih holistik.

b. Bagi Layanan Kesehatan (Puskesmas Kembangan)

Puskesmas Kembangan dapat mengintegrasikan pendekatan *self-compassion* dalam edukasi pasien hipertensi melalui komunikasi empatik, konseling psikologis, dan pelatihan *mindfulness* guna meningkatkan

kepatuhan minum obat. Tenaga kesehatan juga perlu mendapatkan pelatihan psikososial agar lebih efektif dalam membimbing pasien, serta mengembangkan dukungan kelompok atau program edukasi kesehatan untuk meningkatkan kesadaran pasien dalam mengelola hipertensi secara optimal.

c. Bagi Pasien dan Keluarga

Pasien diharapkan lebih memahami pentingnya *self-compassion* dalam kepatuhan minum obat, serta aktif mengikuti program edukasi kesehatan untuk meningkatkan kesadaran dalam pengelolaan hipertensi. Keluarga juga berperan dalam memberikan motivasi dan dukungan emosional, mengingatkan jadwal minum obat, serta menciptakan lingkungan yang kondusif bagi pasien untuk menjaga kesehatan secara lebih optimal.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian mendatang disarankan untuk menggunakan metode *mixed-method*, meneliti faktor lain seperti *self-efficacy* dan dukungan sosial, serta memperluas cakupan sampel guna meningkatkan generalisasi hasil. Selain itu, pengembangan intervensi berbasis *self-compassion* seperti CBT atau *mindfulness therapy* dapat dilakukan untuk menguji efektivitasnya dalam meningkatkan kepatuhan minum obat pada penderita hipertensi.