

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.I Kesimpulan**

Penelitian ini menunjukkan bahwa family caregiver lansia dengan hipertensi di Kelurahan Kalideres memiliki karakteristik demografis yang beragam, dengan sebagian besar caregiver berada pada usia dewasa muda, didominasi oleh perempuan, berpendidikan SMA, memiliki pendapatan pada atau di atas UMR, serta peran perawatan yang umumnya dijalankan oleh anggota keluarga inti, khususnya anak atau menantu. Berdasarkan karakteristik lansia, sebagian besar lansia berada pada kategori lansia muda dengan rata-rata usia 68,5 tahun, didominasi oleh perempuan, berstatus menikah, telah menderita hipertensi lebih dari satu tahun, serta memiliki tingkat keparahan hipertensi pada derajat dua. Selain itu, rumah sakit menjadi fasilitas pelayanan kesehatan yang sedikit lebih banyak dimanfaatkan oleh lansia.

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa efikasi diri dan dukungan sosial memiliki hubungan dengan arah korelasi positif terhadap kesejahteraan psikologis family caregiver lansia dengan hipertensi, yang mengindikasikan bahwa caregiver dengan tingkat efikasi diri dan dukungan sosial yang lebih baik cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi. Dengan demikian, efikasi diri dan dukungan sosial merupakan aspek penting yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis family caregiver lansia dengan hipertensi, sehingga perlu diperhatikan dalam upaya memahami dan mendukung kondisi psikologis caregiver dalam menjalankan peran perawatannya.

## V.2 Saran

Berdasarkan hasil pelaksanaan penelitian ini, peneliti Menyusun beberapa saran yang bertujuan untuk mengatasi keterbatasan penelitian dan mendukung pengembangan penelitian di masa yang akan datang, diantaranya:

### a. Bagi *Family Caregiver*

Bagi *family caregiver*, disarankan untuk menerapkan pemahaman yang telah diperoleh mengenai kondisi hipertensi, proses perawatan, dan strategi penanganan dengan cara menjalankan perawatan sesuai anjuran tenaga kesehatan, serta memantau kondisi pasien secara rutin. Selain itu, *family caregiver* dianjurkan untuk secara aktif memanfaatkan dukungan sosial dengan cara bercerita dan berbagi pengalaman kepada anggota keluarga, teman, atau kelompok sebaya, meminta bantuan ketika diperlukan, serta menjalin komunikasi yang terbuka dengan tenaga kesehatan, sebagai upaya untuk menjaga kesejahteraan psikologis, mencegah kelelahan emosional, dan mempertahankan keseimbangan psikologis selama menjalani peran perawatan jangka panjang..

### b. Bagi Lansia

Bagi lansia, disarankan untuk secara aktif menjalin komunikasi yang terbuka dengan *family caregiver* dengan cara menyampaikan kebutuhan, keluhan kesehatan, dan perasaan yang dialami, serta mengikuti anjuran perawatan yang diberikan. Lansia juga diharapkan menunjukkan sikap kooperatif dalam proses perawatan sehari-hari agar tercipta interaksi yang positif, sehingga *family caregiver* dapat memberikan perawatan secara optimal dan kualitas hidup lansia dapat ditingkatkan.

### c. Bagi Perawat atau Tenaga Kesehatan

Perawat dan tenaga kesehatan diharapkan dapat berperan aktif dalam memberikan edukasi, pendampingan, serta intervensi psikososial kepada *family caregiver*. Upaya tersebut dapat difokuskan pada peningkatan efikasi diri caregiver serta penguatan sistem dukungan sosial, baik melalui konseling, penyuluhan kesehatan, maupun program berbasis komunitas, guna menunjang kesejahteraan psikologis *family caregiver* dan kualitas perawatan lansia.

d. Bagi Pengembangan Ilmu Pengetahuan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang keperawatan komunitas dan jiwa. Temuan penelitian ini dapat memperkaya kajian mengenai peran efikasi diri dan dukungan sosial dalam membentuk kesejahteraan psikologis *family caregiver* yang merawat lansia dengan hipertensi, serta menjadi referensi bagi pengembangan teori maupun praktik keperawatan di masa mendatang.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi kesejahteraan psikologis *family caregiver*, menggunakan desain penelitian yang berbeda, atau melibatkan populasi yang lebih luas. Selain itu, penelitian lanjutan dapat diarahkan pada pengembangan dan pengujian intervensi atau program pelatihan yang bertujuan meningkatkan efikasi diri dan dukungan sosial *family caregiver*.