

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan dukungan keluarga dengan *self care management* pada penderita HIV/AIDS di Puskesmas Bergas, serta pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut

1. Gambaran dukungan keluarga pada penderita HIV/AIDS menunjukkan sebagian besar penderita HIV/AIDS (ODHA) di Puskesmas Bergas memiliki dukungan keluarga dalam kategori tinggi, yaitu sebanyak **130 responden (90,3%)** dari total **144 responden**.
2. Gambaran *self care management* menunjukkan bahwa besar penderita HIV/AIDS (ODHA) di Puskesmas Bergas memiliki tingkat *self care management* dalam kategori tinggi. Dari total 144 responden, sebanyak **135 responden (93,8%)** menunjukkan kemampuan perawatan diri yang baik.
3. Hasil uji korelasi Spearman Rank menunjukkan $p\text{-value} < 0,001$ dengan koefisien korelasi (r) sebesar 0,762, yang menandakan adanya hubungan yang signifikan dan kuat antara dukungan keluarga dan *self care management*. Hubungan positif ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan keluarga, semakin baik kemampuan ODHA dalam mengelola perawatan diri.

B. Saran

1. Bagi Penderita HIV/AIDS (ODHA)

Penderita HIV/AIDS diharapkan dapat terus meningkatkan kemampuan *self care management* dengan menjalankan terapi ARV secara teratur, menjaga pola hidup

sehat, melakukan kontrol kesehatan secara rutin, serta mengelola stres dan kondisi psikologis dengan baik. Penderita juga dianjurkan untuk lebih terbuka dalam melibatkan keluarga sebagai sistem pendukung utama agar proses perawatan diri dapat berjalan lebih optimal dan berkelanjutan.

2. Bagi Keluarga

Keluarga diharapkan dapat memberikan dukungan secara menyeluruh kepada penderita HIV/AIDS, baik dukungan emosional, informasional, instrumental, maupun penilaian. Keterlibatan keluarga secara aktif dalam pengobatan, pemberian motivasi, serta penerimaan tanpa stigma sangat penting untuk meningkatkan kepercayaan diri penderita dan mendorong keberhasilan *self care management*.

3. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan, khususnya perawat dan dokter, diharapkan dapat meningkatkan edukasi dan konseling kepada penderita HIV/AIDS serta keluarganya mengenai pentingnya dukungan keluarga dalam mendukung *self care management*. Selain itu, tenaga kesehatan dapat mengintegrasikan pendekatan keluarga dalam pelayanan HIV/AIDS guna meningkatkan kepatuhan terapi dan kualitas hidup penderita.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan mempertimbangkan faktor lain yang dapat memengaruhi *self care management* pada ODHA, seperti tingkat pengetahuan, stigma sosial, serta dukungan dari tenaga kesehatan dan lingkungan sosial. Selain itu, penelitian dengan desain longitudinal atau metode kualitatif dapat dilakukan untuk menggali lebih dalam pengalaman penderita dan keluarga dalam menjalankan perawatan jangka panjang.