

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian “Hubungan Motivasi Dengan *Self-Care Management* Pada Lansia Hipertensi Di Puskesmas Tenganan” yang melibatkan 79 responden dan menggunakan kuesioner HBP-SCP *Motivation Scale* dan HBP-SCP *Behaviour Scale*. Dapat disimpulkan bahwa:

1. Gambaran motivasi pada lansia dengan hipertensi sebagian besar pasien lansia dengan hipertensi memiliki kategori motivasi yang sedang 58 responden (73.4%), 16 responden (20.3%) yang memiliki motivasi tinggi dan sebanyak 5 orang (6.3%) yang memiliki motivasi rendah.
2. Gambaran *self-care management* pada lansia dengan hipertensi responden terbanyak memiliki kategori sedang sejumlah 63 responden (79.7%), sedangkan kategori tinggi dengan jumlah 12 responden (15.2%), dan kategori rendah yaitu berjumlah 4 (5.1%) responden.
3. Ada hubungan yang signifikan motivasi terhadap *self-care management* pada lansia dengan hipertensi di Puskesmas Tenganan ($p = 0.000$ dan $r=0,422$) kearah positif dengan kekuatan sedang.

B. Saran

1. Bagi Puskesmas Tenganan

Diharapkan dapat meningkatkan program edukasi *self-care management* hipertensi pada lansia dan kegiatan pendampingan untuk meningkatkan motivasi lansia dengan hipertensi seperti penyuluhan, konsultasi kesehatan, dan pemantauan tekanan darah secara teratur.

2. Bagi Responden

Diharapkan dapat meningkatkan motivasi diri dalam mengelola kesehatannya, salah satunya dengan lebih aktif mengikuti kegiatan edukasi yang diselenggarakan oleh puskesmas. Melalui edukasi tersebut, lansia dapat memahami pentingnya pengelolaan hipertensi secara mandiri.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat memperluas materi pembelajaran dengan memasukkan topik terkait manajemen penyakit kronis, *self-care management*, serta strategi peningkatan motivasi pada lansia dan dapat diintegrasikan sebagai referensi dalam proses pembelajaran.

4. Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat meningkatkan pemahaman bahwa hipertensi memerlukan pengawasan jangka panjang. Dukungan lingkungan dan keluarga juga diharapkan membantu lansia dengan mengingatkan obat, memantau tekanan darah, serta memberi dukungan emosional agar mereka tetap termotivasi dalam melakukan *self-care management*.