

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Pada penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti yaitu mengenai pengaruh manajemen diri terhadap kontrol tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas “X” kota Surabaya Selatan dengan total 67 responden dapat disimpulkan:

1. Dua komponen manajemen diri yang masih rendah yaitu melakukan aktivitas fisik, dan melakukan manajemen berat badan, masih banyak yang tidak patuh didominasi oleh responden kategori pre hipertensi sehingga tidak berpengaruh pada kontrol tekanan darah, sedangkan kepatuhan konsumsi alkohol, minum obat sudah maksimal, sebagian besar sudah patuh untuk tidak merokok dan melakukan diet rendah garam. Pasien sebagian besar mengalami hipertensi kategori prehipertensi.
2. Ada hubungan antara jenis kelamin ($P=0,000$), asuransi ($P=0,032$) dengan aktivitas fisik, ada hubungan antara jenis kelamin ($P=0,028$) dengan merokok dan usia ($P=0,021$) dengan manajemen berat badan.

5.2 Saran

1. Untuk Puskesmas dan Apoteker/Farmasi
Hendaknya meningkatkan komunikasi informasi edukasi kepada pasien dalam setiap pelayanan kefarmasian serta melakukan peningkatan penyuluhan dengan melakukan penyuluhan secara rutin mengenai manajemen diri yang baik pada penyakit hipertensi.
2. Untuk Pasien
Setiap pasien diharapkan mematuhi dan melakukan manajemen diri yang baik sesuai yang dianjurkan tenaga kesehatan guna tercapainya keberhasilan dalam kontrol tekanan darah.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiah, W., Yusran, S. dan Sety, L.O.M. 2018, Faktor Risiko Antara Aktivitas Fisik, Obesitas dan Stres dengan Kejadian Hipertensi Pada Umur 45-55 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Soropia Kabupaten Konawe tahun 2018, *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, **3(2)**:7.
- Arifin, M.H.B.M., Weta, I.W. dan Ratnawati N.L.K.A. 2016, Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Kelompok Lanjut Usia Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Petang 1 Kabupaten Bandung Tahun 2016, *E-Jurnal Medika*, **5(7)**: 6-8
- Artiyaningrum, B. dan Azam, M. 2016, Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Tidak Terkendali Pada Penderita Yang Melakukan Pemeriksaan Rutin, *Public Health Perspective Journal*, **1(1)**: 3-8
- Allender, J.A., Rector, C. and Warner, K.D. 2010, *Community Health Nursing: Promoting and Protecting The Public's Health*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Anggraini, A.D. 2009, 'Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien yang berobat di Poliklinik Dewasa Puskesmas Bangkinang Periode Januari 2008', *Skripsi*, Universitas of Riau, Pekanbaru.
- Andria, K.M. 2013, Hubungan Antara Perilaku Olahraga, Stres Dan Pola Makan Dengan Tingkat Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Posyandu Lansia Kelurahan Gebang Putih Kecamatan Sukolilo Kota Surabaya, *Jurnal Promkes*, **1(2)**: 3-5.
- Bisnu, M.I.K.H., Kepel, B.J. dan Mulyadi. 2017, Hubungan dukungan Keluarga Dengan Derajat Hipertensi Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Ranomuut Kota Manado, *E-Jurnal Keperawatan*, **5(1)**: 5-7.

- Bahrin, M., Prabandari, Y.S. dan Hendartini, Y. 2016, Gaya Hidup Terkait Hipertensi Dan Partisipasi Dalam Program Layanan Penyakit Kroni Di Kabupaten Batang, *BMK Journal Of Community Medicine and Public Health*, **32(4)**: 4-7.
- Corwin, E.J.2009, Buku Saku Patofisiologi,Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta,Hal. 356.
- Damayantie, N., Heryani, E. dan Muazir. 2018, Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku penatalaksanaan Hipertensi oleh penderita di Wilayah Kerja Puskesmas Sekernan Ilir Kabupaten Muaro Jambi Tahun 2018, *Jurnal Ners Dan Kebidanan*, **5(3)**: 224-232
- Depkes RI, 2006, *Pharmaceutical Care Untuk Penyakit Hipertensi*, Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Fadhli, M.W. 2018, Hubungan Antara Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda Di Desa Lamakan kecamatan Karamat Kabupaten Buol, *Jurnal KESMAS*, **7(6)**: 2-3.
- Fatimah, N., Ilmi, A.A. dan Patima. 2018, Self-Management dan Dukungan Pada Lanjut Usia Dengan Penyakit Kronis, *Journal of Islamic Nursing*, **3(2)**: 37.unawan, S.G. (eds). 2012, Farmakologi dan Terapi, Edisi 5 (cetak ulang dengan tambahan), Balai Penerbitan FKUI, Jakarta.
- Hamilton., Richard, J. 2017, *Tarascon Pharmacopoeia*, New York : Bartlett Learning Company.
- Huda, Sholihul. 2017, Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Manajemen Perawatan Diri Pada Penderita Hipertensi Dewasa Di Kabupaten Jepara, *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, **2(5)**: 5-8.
- Hairunisa. 2014, “Hubungan Tingkat Kepatuhan Miinum Obat Dan Diet Dengan Tekanan Darah Terkontrol Pada Penderita Hipertensi Lansia Di Wilayah Kerja Perumnas 1 Kecamatan Pontianak Barat”, *Skripsi*, Sarjana Kedokteran, Universitas Tanjungpura, Pontianak

- Ichsani, R.N. 2018, "Illness Representation Pada Pasien Hipertensi", *Skripsi*, Sarjana Psikologi Dan Kesehatan, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, Surabaya.
- John, J., Muliyl, J. and Balraj, V. 2010, Screening for hypertension among older adults: a primary care "high risk" approach. *Indian journal of community medicine: official publication of Indian Association of Preventive & Social Medicine*, **35(1)**: 67.
- Kadir, A. 2016, The Pathophysiology Relationship of Hypertension, *Journal Ilmiah Kedokteran*, 5: 15-25.
- Kartika, L.A., Afifah, E. dan Suryani, I. 2016, Asupan Lemak Dan Aktifitas Fisik Serta Hubungannya Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan, *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia*, **4(3)**: 2-3.
- Kanie, E. dan Pobela, N. 2018, Motivasi Penderita Hipertensi Di Desa Kob Kecil Memanfaatkan Pelayanan Kesehatan Di Puskesmas Kota Bangun, *Journal Healt Science*, **2(1)**: 4-5.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2013, *Hasil Riset Kesehatan Dasar*, Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Lukito, A.A., Harmeiwaty, E., dan Hustrini, N.M. (eds). 2019, *Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi*, Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia (PERHI), Jakarta.
- Lestari, G.I. dan Isnaini, N. 2018, Pengaruh Self Management Terhadap Tekanan Darah Lansia Yang Mengalami Hipertensi, *Indonesian Journal for Health Sciences*, **2(1)**: 8-10.
- Lasianjayani, T. dan Martini, S. 2014, Hubungan Antara Obesitas Dan Perilaku Merokok Terhadap Kejadian Hipertensi, *Jurnal Berkala Epidemiologi*, **2(3)**: 6-8.
- Mangendai, Y., Rompas, S. dan Hamel, R.S. 2017, Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Berobat Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Ranotana Weru, *E-Journal Keperawatan*, **5(1)**: 3-6.
- Mahmudah, S., Maryusman, T., Arini, F.A. dan Malkan, I. 2015, Hubungan Gaya Hidup Dan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Kelurahan Sawangan Baru, *Jurnal Biomedika*, **7(2)**: 3-5.

- Mahmudah, S., Maryusman, T., Arini A.F. dan Malkan, I. 2015, Hubungan Gaya Hidup dan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Kelurahan Sawangan Baru, *Jurnal Biomedika*, **7(2)**: 44.
- Mansjoer, A., Triyanti, K., Savitri, R., Wardhani, W.I., Setiowulan, W. 2001, Kapitaselktakedokteranedisike-3 jilid I, Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, Jakarta.
- Muhadi. 2016, Penanganan Pasien Hipertensi Dewasa, *Evidence-based Guideline*, **43(1)**: 57-58.
- Michael *et al.*, 2014, Tata Laksana Terkini Pada Hipertensi, *Jurnal Kedokteran Meditek*, **20 (52)**: 1-6.
- Mulyati, L., Yetti, K. dan Sukmarini, L. 2013, “Analisis Faktor yang Memengaruhi Self Management Behaviour pada Pasien Hipertensi”, *Tesis*, Sarjana Keperawatan, Universitas Indonesia, Jakarta.
- Nelwan, E.J. 2019, Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Perubahan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi Di Kota Manado, *Journal PHWB*, **1(2)**: 1-7.
- Nisa, I. 2012. *Ajaibnya Terapi Herbal Tumpas Penyakit Darah Tinggi*, Jakarta: Dunia Sehat.
- Notoatmodjo, S. 2012, *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT. Rineka Cipta, Jakarta.
- Nurrahmani, U. 2011, Stop Hipertensi, Familia, Yogyakarta.
- Nuraini, B. 2015, Risk Factors Of Hypertension, *Journal Majority*, **4(5)**:3-4.
- Nugroho, K.P.A., Sanubari, T.P.E. dan Rumondor, J.M. 2019, Faktor Risiko Penyebab Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sidorejo Lor Kota Salatiga, *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, **1(3)**: 2-4.
- Oktaviarini, E., Hadisaputro, S., Chasani, S., Suwondo, A. dan Setyawan, H. 2019, Faktor Yang Berisiko Terhadap Hipertensi Pada Pegawai Di Wilayah Perimeter Pelabuhan (Studi Di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Semarang), *Jurnal Epidemiologi Kesehatan*

Komunitas, **4(1)**: 2.

- Permenkes RI, 2014, *Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 75 Tahun 2014 tentang Pusat Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia.
- Prasetyorini, H.T dan Prawesti, D. 2012, Stres Pada Penyakit Terhadap Kejadian Komplikasi Hipertensi Pada Pasien Hipertensi, *Jurnal STIKES*, **5(1)**: 62
- Prijadarminto. 2003, Kepatuhan sebagai suatu perilaku. Jakarta. CV Balai Pustaka, 54, hal. 359-260.
- Pusparani, D.I. 2016, “Gambaran Gaya Hidup Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Ciangsana Kecamatan Gunung Putri Kabupaten Bogor”, *Skripsi*, Sarjana Keperawatan, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta.
- Putra, M.M., Darmayasa, N.K.I., Buktian, W.A.P., Widiyanto, A. dan Atmojo, T.J. 2019, Hubungan Keadaan Sosial Ekonomi Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi, *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, **7(2)**: 3-5.
- Pusmarani, J., Mustofa. Dan Darmawan, E. 2015, Pengaruh Pemberian Edukasi Obat Terhadap Kepatuhan Minum Obat Warfarin Pada Pasien Sindrom Koroner Akut Dan Fibrilasi Atrium Di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta, *Jurnal Farmasi Klinik Indonesia*, **4(4)**: 6-8.
- Pramestutie, H.dan Silviana, N. 2016, Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi Tentang Penggunaan Obat Di Puskesmas Kota Malang, *Jurnal Farmasi Klinik Indonesia*, **5(1)**: 7-9.
- Ramayulis, R. 2010, *Menu dan Resep Untuk Penderita Hipertensi*, Jakarta: Penebar Plus.
- Situmorang, P.R. 2015, Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Penderita Rawat Inap di Rumah Sakit Umum Sari Mutiara Medan Tahun 2014, *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, **1(1)**: 67-72.

- Rahma, G. dan Gusrianti. 2019, Hubungan Obesitas Sentral Dengan Hipertensi Pada Penduduk Usia 26-65 Tahun, *Jurnal Ilmu Kesehatan*, **3(2)**: 5-7.
- Sugiyono. 2016, Metode Penelitian Manajemen, Alfabeta, Bandung.
- Sutanto, 2010. Penyakit Modern Hipertensi, Stroke, Jantung, Kolesterol, Dan Diabetes. Yogyakarta: CV Andi.
- Sutomo, B. 2009, “Diet DASH Natrium Untuk Penderita Hipertensi”, Diakses Tanggal 11 Agustus 2019.
- Triyanto, E. 2014. Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu. Yogyakarta: Graha ilmu.
- Tisa, A.N. 2012, Hubungan Antara Kebiasaan Merokok Dengan Tekanan Darah Meningkat Karyawan Laki-laki Di Nasmoco Semarang, *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, **1(2)**: 5-7
- Warren-Findlow, J. and Seymour, R.B. 2012, Prevalence Rates of Hypertension Self-care Activities Among African Americans, *J Natl Med Assoc*, **103(6)**: 503–512
- Widiawanto, N., Aminuddin, M. 2015, “Patofisiologi Hipertensi”, In: Pikir, BS., Aminuddin, M., Subagjo, A., Dharmadjati B.B., Suryawan, I.G.R., Eko, J.N, *Hipertensi Manajemen Komprehensif*, Airlangga University Press, Surabaya, PP 14-25.
- Widjadja, R. 2009, Penyakit Kronis (tindakan pencegahan dan pengobatan secara medis maupun tradisional), Jakarta: Sunda Kelapa.
- Zaenurrohmah, D.H. dan Rachmayanti, R.D. 2017, Hubungan Pengetahuan Dan Riwayat Hipertensi Dengan Tindakan Pengendalian Tekanan Darah Pada Lansia, *Jurnal Berkala Epidemiologi*, **5(2)**: 4-6