

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai “Hubungan *Self Management* dan Motivasi Keluarga dengan Derajat Hipertensi pada Lansia di Posyandu Lansia Kertosari Kelurahan Ketawanggede Kecamatan Lowokwaru Kota Malang”, dapat disimpulkan:

1. *Self management* pada lansia sebagian besar dalam kategori *self management* yang cukup.
2. Motivasi keluarga pada lansia setengahnya dalam kategori motivasi keluarga yang cukup.
3. Derajat hipertensi tekanan sistol pada lansia sebagian besar berada pada grade 1 dan derajat hipertensi tekanan diastole lansia setengahnya berada pada grade 1.
4. Ada hubungan antara *self management* dengan derajat hipertensi pada lansia dengan kekuatan hubungan sedang dan arah korelasinya negatif atau berlawanan.
5. Ada hubungan antara motivasi keluarga dengan derajat hipertensi pada lansia, dengan kekuatan hubungan sedang dan arah korelasinya negatif atau berlawanan.
6. *Self management* memiliki hubungan yang paling kuat dengan derajat hipertensi dengan nilai p value sebesar 0,000 dan koefisien korelasi sebesar -

0,580 dan -0,561 yang artinya kekuatan korelasinya adalah sedang dengan arah korelasinya negatif atau berlawanan.

Ada hubungan *self management* dan motivasi keluarga dengan derajat hipertensi dengan kekuatan hubungannya sedang. Arah korelasi yang dihasilkan adalah negatif atau berlawanan, dimana dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *self management* dan motivasi keluarga pada lansia, maka akan semakin rendah derajat hipertensinya. Sedangkan jika semakin rendah *self management* dan motivasi keluarga pada lansia maka akan semakin tinggi derajat hipertensinya.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Lansia

Diharapkan lansia di Posyandu Lansia Kertosari Kelurahan Ketawanggede Kecamatan Lowokwaru Kota Malang dapat lebih meningkatkan *self management* dan motivasi keluarganya untuk bisa meningkat dalam kategori yang baik, sehingga dapat menurunkan derajat hipertensinya menjadi rendah atau dalam batas normal dengan cara rutin meminum obat antihipertensi.

5.2.2 Bagi Kader

Diharapkan kader di Posyandu Lansia Kertosari Kelurahan Ketawanggede Kecamatan Lowokwaru Kota Malang, bisa lebih sering untuk mengingatkan lansia agar tetap meningkatkan *self management* lansia dengan mengingatkan lansia untuk rutin kontrol di posyandu lansia.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan variabel lainya untuk diteliti yang berkaitan dengan *self management* dan motivasi keluarga.