

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini meliputi :

1. Sebagian besar peserta Prolanis di Klinik Pratama Kota Tegal mempunyai tingkat kepatuhan minum obat yang sedang.
2. Dukungan keluarga yang dimiliki oleh mayoritas peserta Prolanis berada dalam kategori yang baik, dalam bentuk dukungan emosional maupun bantuan langsung yang mendukung perawatan lansia termasuk kepatuhan minum obat
3. Berdasarkan karakteristik responden, sebagian besar peserta berusia lansia, didominasi perempuan, pendidikan rendah, dan status keikutsertaan aktif. Keaktifan lansia peserta Prolanis menunjukkan program mampu memotivasi peserta dalam mengontrol dan mengelola kondisi hipertensi

#### **B. Saran**

Buat ke depannya, ada beberapa saran nih biar penanganan hipertensi pada lansia makin oke:

1. Untuk Pihak Klinik Pratama dan Program Prolanis:
  - a. Edukasi Lebih Intensif: Upaya edukasi yang mendalam dan personal tentang pentingnya kepatuhan minum obat untuk lansia sangat penting untuk keberlangsungan pengobatan lansia.
  - b. Libatkan Keluarga: Ajak keluarga lebih aktif lagi dalam setiap kegiatan Prolanis. Bisa adain sesi khusus buat keluarga biar mereka makin paham cara ngedukung lansia minum obat dan jaga gaya hidup sehat.
  - c. Variasi Kegiatan: Bikin kegiatan Prolanis makin variatif dan menarik biar lansia gak bosan dan makin semangat dateng. Misalnya, senam bareng, masak sehat bareng, atau diskusi kelompok yang seru.
2. Untuk Keluarga Lansia :
  - a. Dukungan Emosional dan Instrumental: Keluarga diharapkan senantiasa memberikan dukungan emosional dan instrumental secara berkelanjutan. Hal ini mencakup mengingatkan lansia untuk mengonsumsi obat sesuai jadwal, membantu menyiapkan makanan

sehat, serta mengajak untuk melakukan aktivitas fisik ringan yang sesuai. Kehadiran dan perhatian keluarga memiliki peran krusial dalam meningkatkan kualitas hidup lansia.

- b. Kepekaan Terhadap Perubahan Kondisi: Penting bagi keluarga untuk selalu memantau dan peka terhadap setiap perubahan kondisi fisik maupun perilaku lansia. Apabila ditemukan adanya perubahan signifikan atau keluhan kesehatan, disarankan untuk segera melakukan konsultasi dengan tenaga kesehatan profesional guna penanganan lebih lanjut.
3. Untuk Peneliti Selanjutnya:
- a. Desain Penelitian Selanjutnya: Mengingat penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif yang tidak dapat menjelaskan hubungan sebab-akibat, disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk mempertimbangkan penggunaan desain penelitian analitik. Pendekatan ini akan memungkinkan eksplorasi yang lebih mendalam mengenai hubungan kausal antara kepatuhan, dukungan keluarga, dan variabel lain yang relevan pada lansia penderita hipertensi.
  - b. Ukuran dan Lokasi Sampel: Keterbatasan dalam ukuran sampel (30 responden) dan lokasi (Klinik Pratama di Kota Tegal) mengindikasikan bahwa hasil penelitian ini mungkin tidak sepenuhnya merepresentasikan populasi lansia penderita hipertensi peserta Prolanis di seluruh Kota Tegal. Disarankan penelitian di masa mendatang diharapkan dapat melibatkan sampel yang lebih besar dan mencakup beberapa lokasi klinik di wilayah Kota Tegal agar data yang diperoleh lebih representatif bagi populasi lansia penderita hipertensi.
  - c. Metode Pengambilan Data: Penggunaan kuesioner laporan mandiri untuk mengukur kepatuhan dan dukungan keluarga berpotensi menimbulkan bias jawaban (social desirability bias). Untuk meningkatkan validitas data, peneliti selanjutnya disarankan untuk mengintegrasikan metode pengambilan data yang lebih objektif, seperti triangulasi data melalui wawancara mendalam atau penggunaan catatan medis sebagai pembanding laporan responden.