

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Pola diit *pre-test* pada kelompok kontrol didapatkan nilai median sebesar 43, nilai minimum sebesar 30, nilai maksimum sebesar 64 dan rerata rangking sebesar 12.46 . Sedangkan pola diit *pre-test* pada kelompok perlakuan didapatkan nilai median sebesar 47, nilai minimum sebesar 29, nilai maksimum sebesar 62 dan rerata rangking sebesar 15.64.
2. Pola diit *post-test* pada kelompok kontrol didapatkan nilai median sebesar 43, nilai minimum sebesar 30, nilai maksimum sebesar 64 dan rerata rangking sebesar 8.81 . Sedangkan pola diit *post-test* pada kelompok kontrol didapatkan nilai median sebesar 61, nilai minimum sebesar 44, nilai maksimum sebesar 65 dan rerata rangking sebesar 18.19 .
3. Terdapat Pengaruh *health coaching* terhadap pola diit pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pandanwangi Malang dibuktikan dengan hasil uji Mann Whitney untuk data *post test* pola diit diperoleh p value sebesar 0,002. Karena $p < 0.05$, secara statistik ada perbedaan bermakna pola diit *post test* kelompok kontrol dan kelompok perlakuan. Dan hasil uji Wilcoxon pada

kelompok perlakuan didapatkan nilai median sebesar 47, nilai minimum sebesar 29, nilai maksimum 62. Interpretasi hasil uji Wilcoxon didapatkan , 0 subjek pola diet menurun, 1 tetap, dan 12 meningkat. p value sebesar 0.002, karena $p < 0.05$ secara statistik ada perbedaan bermakna pola diet *pre test post test* pada kelompok perlakuan setelah diberi intervensi *health coaching*. Sehingga H_1 diterima.

5.2 Saran

1. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar pengembangan program penanganan hipertensi dan turut melibatkan kader didalamnya.

2. Bagi Profesi

Hasil penelitian ini dapat memberikan masukan bagi profesi dalam metode pengaturan pola diet pada pasien hipertensi untuk mencegah komplikasi lebih lanjut.

3. Responden

Responden disarankan tetap rutin melakukan pola diet yang dianjurkan untuk penderita hipertensi sebagai salah satu upaya pengendalian hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Anggara Dwi F, H. D. (2013). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Tekanan Darah di Puskesmas Telaga Murni Cikarang Barat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Vol 5/No. 1*.
- Arlita, S. (2017). Efektifitas cepat tensi (cegah dan pantau hipertensi) terhadap Pengetahuan dan sikap pada wanita manopause. *Jurnal Of Health*, 108.
- Asikin, M., & M. Nuralamsyah, S. (2016). *Keperawatan Medikal Bedah Sistem Kardiovaskuler*. Jakarta: Erlangga.
- Bennet, H., & EA Coleman, C. P. (2010). *Health Coaching for Patients*.
- Care, UCSF Center for Excellence in Primary. (2014). *Health Coaching in Primary Care-Intervention Protocol*. California: The Regents of the University of California.
- Dahlan, M. S. (2013). *Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Darusman. (2009). Perbedaan Perilaku Pasien Pria Dan Wanita Dalam Melaksanakan Diet. *Berita Kedokteran Masyarakat Vol 5 No. 1*.
- Depkes, R. (2013). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- DiGiulio, M., Jackson, D., & Keogh, J. (2014). *Keperawatan Medikal Bedah*. Yogyakarta: Rapha.
- dkk, P. (2009). *Human Development Perkembangan Manusia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Effendy, F. F., Lestari, P., & Bakar, A. (2016). Effect of Health Coaching with Health Belief Model Approach Toward Compliance Behavior and Blood Pressure Stability of Hypertension Patient.

- Febria, F. (2016). Pengaruh Health Coaching dengan Pendekatan Health Belief Model Terhadap perilaku Compliance dan Kestabilan Tekanan Darah.
- Galantino, M. L., Schmid, P., Teixeira, J., & Milos, A. (2009). Longitudinal Benefits of Wellness Coaching Interventions For Cancer Survivors.
- Harrison. (2012). *Prinsip-Prinsip Ilmu Penyakit Dalam*. Jakarta: EGC.
- Huffman. (2007). *Health Information Management*. Iiyones: Physician Record Company.
- James, P., Oparil, S., Carter, B., WC Cushman, J. H., & DT Lackland, M. L. (2014). Evidence-Based Guideline for The Management on High Blood Pressure in Adults Respon From The Panel Members Appointed to the Eight Joint National Commite. 507-520.
- Jeanette, Olsen, & Nesbitt, B. J. (2010). Health Coaching to Improve Healthy Lifesyle Behaviors: An Integrative Review.
- Kamran, A., Shekarchi, A., Sharifirad, G., Sharifian, E., & Shekarchi, L. (2015). Evaluating Dietary Perceptions Education Program among Rural Hypertensive Patients on Commitment and Adherence to Healthy Diet.
- Karin, Hidebrandt, V. H., Beek, A. J., & W.R, J. (2003). Effect of Individual Counseling on Physical Activity Fitness and Heaalth: A Randomized Controlled Trial in a Workplacce Setting.
- leMone, Burke, & Bauldoff. (2016). *Keperawatan Medikal Bedah, Alih Bahasa*. Jakarta: EGC.
- LeMone, Priscilla, Burke, M, K., & Bauldoff, G. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: Buku Keperawatan EGC.
- Macadam, C. (2014). *Health Coaching-A Powerful Approach to Support Self Care*. United Kingdom: British Medical Association.
- Mansjoer, A. (2010). *Kapita Selekta Kedokteran*. Jakarta: Media Aesculapius.
- Mubarak. (2007). *Promosi Kesehatan Sebuah Pengamatan Proses Belajar Mengajar Dalam Pendidikan*. Jogjakarta: Graha Ilmu.
- Nazir. (2014). *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia.

- NHS. (2014). *NHS Improving Quality* . Retrieved from Long Term Conditions Programmes.
- Notoatmodjo. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmojdo, S. (2012). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2013). *Konsep Penerapan Metode Penelitian Ilmu Keperawatan* . Jakarta: Salemba Medika.
- Ossman, S. S. (2009). *Nephrology Nursing Jurnal*. 346(Motivational Interviewing: A Process to Encourage Behavioal Change).
- Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskuler Indonesia. (2015). *Pedoman Tatalaksana Hipertensi pada Penyakit Kardiovaskuler*. Jakarta.
- Priscilia, A. S., Hendro, J., & Jill, L. (2016). Hubungan Kejadian Stress Dengan Penyakit Hipertensi Pada Lansia Di Balai Penyantunan Lanjut Usia Manado. *e-Kp*, 2-3.
- Priyoto. (2014). *Teori Sikap dan Perilaku Dalam Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Media.
- Rochman, T., & I Ketut Sudiana, N. Q. (2016). *Pengaruh Health Coaching terhadap Peningkatan Self-Efficacy Keluarga Dalam Melaksanakan Pencegahan DHF*, 24.
- Roshifanni, S. (2016). Risiko Hipertensi pada Orang dengan Pola Tidur Buruk. *408-419*.
- Schneider, J. I., Hashizume, J., Maetani, L., Ozaki, R. R., & Watanabe, D. L. (2011). Identifying Challenges, Goals, and Strategies for Success for People with Diabetes through Life Coaching.
- Suddarth, & Brunner. (2013). *Buku Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: buku kedokteran EGC.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Sutomo, B. (2009). *Diet DASH Natrium untuk penderita Hipertensi*. Jakarta: Graha Ilmu.
- Udjianti, W. (2011). *Keperawatan Kardiovaskular*. Jakarta: Salemba medika.

Wolever, & Dreusicke M, F. J. (2010). Integrative Health Coaching for Patients with Type 2 Daibetes. 629-39.

Wong-Rieger, D. (2011). *Health Coaching for Chronic Conditions Engaging and Supporting Patients to Self Manage*. Canada: Institute for Optimizing health Outcomes.