

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Persepsi kerentanan (*perceived susceptibility*) pada aktivitas fisik responden yaitu kategori rentan sebagian besar sebanyak 25 responden (78,1%) dan sebagian kecil tidak rentan yaitu 7 responden (21,9%).
2. Persepsi keparahan (*perceived severity*) pada aktivitas fisik dengan kategori mengancam hampir seluruh sebanyak 27 responden (84,4%) dan sebagian kecil dengan kategori tidak mengancam yaitu 5 responden (15,6%).
3. Persepsi manfaat (*perceived benefit*) untuk aktivitas fisik dengan kategori bermanfaat yaitu hampir seluruh sebanyak 30 responden (93,72%) dan sebagian kecil dengan kategori tidak bermanfaat yaitu 2 responden (6,25%).
4. Persepsi hambatan (*perceived barriers*) untuk aktivitas fisik dengan kategori tidak menghambat yaitu sebagian besar sebanyak 19 responden (59,4%) dan hampir setengah dengan kategori menghambat sebanyak 13 responden (40,6%).

5. Isyarat untuk bertindak (*cues to action*) untuk aktivitas fisik dengan kesiapan tinggi sebagian besar sebanyak 20 responden (62,5%) dan sebagian kecil dengan kesiapan rendah sebanyak 12 responden (37,5%).

5.2 Saran

Saran yang dapat peneliti berikan berdasarkan hasil penelitian yang ditemukan sebagai berikut:

1. Bagi Posyandu Lansia

Puskesmas dan posyandu mensosialisasikan perlunya aktivitas fisik untuk membantu mengendalikan hipertensi.

2. Bagi Perawat

Perawat hendaknya melakukan preventif dengan memberikan promosi kesehatan untuk meningkatkan persepsi yang baik mengenai aktivitas fisik pada pasien hipertensi.

3. Bagi Lansia Yang Menderita Hipertensi

Dapat mengubah pola hidup (aktivitas fisik) pada hipertensi dan mengantisipasi penyakit hipertensi dengan keyakinan yang baik mengenai persepsi berperilaku sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- American Heart Association . (2013). *High Blood Pressure*. United States: American Heart Association .
- Andriyani, F. D. (2014). Physical Activity Guidelines For Children. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia* , Volume 10 Nomor 1.
- Ardiansyah. (2012). *Medikal Bedah*. Yogyakarta: DIVA Press.
- Arovah, N. I. (2012). Status Kegemuka, Pola Makan, Tingkat Aktivitas Fisik Dan Penyakit Degeneratif Dosen Dan Karyawan Universitas Negeri Yogyakarta. *Medikora* , Vol VIII No 2.
- Asikin, M., & M. Nuralamsyah, S. (2016). *Keperawatan Medikal Bedah Sistem Kardiovaskuler*. Jakarta: Erlangga.
- Bensley, R. J. (2008). *Metode Pendidikan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: EGC.
- Bulgar, M. E., White, K., & Robinson, N. G. (2009). The Role of Self-Efficacy in Dental Patients Brushing and Flossing: Testing an Extended Health Belief Model. *Journal Of Patient Education and Counseling* , 269-272.
- DiGiulio, M., Jackson, D., & Keogh, J. (2014). *Keperawatan Medikal Bedah*. Yogyakarta: Rapha.
- 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.
- Fanani, S., & Dewi, T. k. (2014). Health Belief Model pada Pasien Pengobatan Alternatif Supranatural dengan Bantuan Dukun. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan mental* , Vol 03. No.1.
- Guyton. (2007). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Jakarta: EGC.
- Harahap, R. A., & R. Kintoko Rochadi, S. S. (2017). Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran, dan Ilmu Kesehatan. *Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Hipertensi pada Laki-Laki Dewasa Awal (18-40 tahun) di Wilayah Puskesmas Bromo Medan* , 68.
- Hardati, A. T., & Ahmad, R. A. (2017). BKM Journal of Community Medicine and Public Health. *Aktivitas Fisik dan Kejadian Hipertensi pada Pekerja : Analisis data Riskesdas 2013* , 468.

- Herwati, & Sartika, W. (2014). Terkontrolnya Tekanan Darah Penderita Hipertensi Berdasarkan Pola Diet dan Kebiasaan Olahraga di Padang tahun 2011. 8.
- Iqbal, M. D. (2017). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Perantau Di Yogyakarta. *Skripsi*.
- Karim, N. A. (2018). Jurnal Keperawatan. *Hubungan Aktivitas Fisik dengan Derajat Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan di Wilayah Kerja Puskesmas Tagulandang*, Volume 6 Nomor 1.
- Kemendes. (2013). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI. *Riset Kesehatan Dasar*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2013). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Balitbang Kemendes Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan RI. (2016). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2016*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Hipertensi*. Jakarta: Infodatin.
- Kurniawan, A. W., & Koesrini, J. (2019). Hubungan Kadar Ureum, Hemoglobin dan Lama Hemodialisa dengan Kualitas Hidup Penderita PGK. *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 6(3), 292-299.
- Kurniawan, A. W. (2018). HUBUNGAN INTENSI DENGAN PERILAKU PERAWAT DALAM PENDOKUMENTASIAN ASUHAN KEPERAWATAN DI INSTALASI GAWAT DARURAT. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 4(1).
- Kurniawan, A. W. (2017). HUBUNGAN SIKAP DAN PERCEIVED BEHAVIOR CONTROL DENGAN INTENSI DALAM PENDOKUMENTASIAN ASUHAN KEPERAWATAN DI IGD MENGGUNAKAN THEORY OF PLANED BEHAVIOR. *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti*, 5(2), 96-99.
- Kurniawati, C., & Sulistyowati, M. (2014). Aplikasi Teori Health Belief Model Dalam Pencegahan Keputihan Patologis. *Jurnal Promkes*, Vol.2 No.2.
- 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.
- Mardhiah, A. (2015). Jurnal Ilmu Keperawatan. *Pendidikan Kesehatan dalam Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Keterampilan Keluarga dengan Hipertensi*, 113.
- Martiningsih. (2011). Analisis Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Terjadinya Hipertensi Primer pada Pasien di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Bima Ditinjau dari Perspektif Keperawatan Self-Care Orem.

- Miller, S. P. (2011). Client Education Theory.
- Muhammadun. (2010). *Hidup Bersama Hipertensi*. Jogjakarta: In-Books.
- Muhar, M. (2017). Retrieved Juli 31, 2019, from Teori Health Belief Model: <http://www.academia.edu>
- Notoatmodjo. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurhaidar, J. (2010). Hipertensi. *Skripsi* .
- Nurjanisah, Tahlil, T., & Hasballah, K. (2017). Analisis Penyalahgunaan Napza Dengan Pendekatan Health Belief Model . *Jurnal Ilmu Keperawatan* , Vol.5 No.1.
- Nursalam. (2011). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2013). *Konsep Penerapan Metode Penelitian Ilmu Keperawatan* . Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* . Jakarta: Salemba Medika.
- Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskuler Indonesia. (2015). *Pedoman Tatalaksana Hipertensi pada Penyakit Kardiovaskuler*. Jakarta.
- Pratama, A. (2010). *Analisis perilaku mencari pengobatan pada belita gizi buruk di Kecamatan Jambe Kabupaten Tangerang*. Tangerang: Skripsi.
- Priyoto. (2014). *Teori Sikap dan Perilaku dalam Kesehatan* . Yogyakarta: Nuha Medika.
- Puspitorini, M. (2009). *Hipertensi Cara Mudah Mengatasi Tekanan Darah Tinggi (Cetakan Ke 3)*. Yogyakarta: Image Press.
- Ramadhan, E. T. (2018). Hubungan Indeks Massa Tubuh Dan Tingkat Aktivitas Fisik Pada Siswa Sekolah Dasar Kelas V Di SD Negeri Samirano Kecamatan Depok Kabupaten Sleman. *Skripsi* .
- Ridwan, M. (2017). *Mengenal, Mencegah & Mengatasi Silent Killer HIPERTENSI*. Jakarta: Pustaka Widyamara.
- Rizqi, A. (2018). Health Belief Model Pada Penderita Diabetes mellitus. *Skripsi* .
- Roshifanni, S. (2016). Risiko Hipertensi pada Orang dengan Pola Tidur Buruk. *408-419*.
- Safri, F. M., Sukartini, T., & Ulfiana, E. (2013). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Minum Obat Pasien TB Paru Berdasarkan Health Belief Model Di Wilayah Kerja Puskesmas Umbulsari Kabupaten Jember. *Jurnal Universitas Airlangga* .

- Sani, A. (2008). *Hipertension, Current Perspective*. Jakarta: Medya Crea.
- Setyaningsih, D. T. (2016). Health Belief Model: Determinants of hypertension Prevention Behavior in Adults at Community Health Center, Sukoharjo, Central Java. *Journal of Health Promotion and Behavior* , 161-171.
- Sherwood. (2011). *Fisiologi Manusia*. Jakarta: EGC.
- Sholihah, M. (2014). Gambaran Peluang Perubahan perilaku Perokok dengan Health Belief Model Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Ciputat Tangerang Selatan. *fkik* .
- Sirait, L. M., & Sarumpaet, S. (2013). Hubungan Komponen Health Belief Model (HBM) Dengan Penggunaan Kondom pada Anak Buah Kapal (ABK) Di Pelabuhan Belawan. *Jurnal Precure* , Vol.1.
- Sudart, B. (2002). *Buku Keperawatan Medikal Bedah* . Jakarta: buku kedokteran EGC.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Sutanto. (2010). *CEKAL (Cekah & Tangkal) Penyakit Modern*. Yogyakarta: ANDI.
- Trisnawan, P. D. (2015). Determinan Perilaku Pencarian Pengobatan Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Angkatan Tahun 2013. *Skripsi* .
- Udjianti, W. J. (2011). *Keperawatan Kardiovaskuler*. Jakarta: Salemba.
- Welis, W., & Rifki, M. S. (2013). *Gizi Aktivitas Fisik dan Kebugaran*. Padang : Sukabina Press.
- WHO. (2017). Retrieved Juli 31, 2019, from World Health Organization: www.who.int
- Wilda, W., & Rifki, M. S. (2013). *Gizi Untuk Aktifitas Fisik Dan Kebugaran*. Padang: Sukabina Press.
- Wolf, H. P. (2008). *Hipertensi, Cara Mendeteksi dan Mencegah Tekanan Darah Tinggi Sejak Dini*. Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer kelompok Gramedia.