

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

##### **1. Faktor Psikologis Penyebab *Relapse* Pada pasien Hipertensi.**

Dari hasil pembahasan yang telah dilakukan, peneliti menyimpulkan bahwa faktor-faktor penyebab *relapse* pada pasien hipertensi di Posbindu PTM Durian dari tiga subjek penelitian adalah adanya peran dari faktor psikologis berupa aspek kognitif, emosi, lingkungan sosial dan stress.

Menurut keterangan masing-masing seperti subjek ER dari faktor kognitif karena memikirkan permasalahan anaknya, keterbatasan ekonomi dan ketidakberdayaan dalam mengatur anaknya. Subjek HR dari faktor kognitif menyatakan karena adanya kekhawatiran pada masa mendatang dan adanya pikiran yang irasional, lain halnya dengan subjek NR yang menyatakan bahwa adanya beban pikiran terkait pekerjaan rumah yang diporsir dengan mengurus anaknya di usia lanjut. Faktor psikologis dari segi emosi/perasaan pasien yaitu subjek ER, HR dan NR mengatakan merasakan perasaan sedih tidak menentu dan sering marah.

Dari segi faktor lingkungan sosial masing-masing subjek memiliki masalah dengan tetangganya baik itu dengan adanya kometer negatif maupun perlakuan yang tidak menenangkan. Stress psikologis disini pasien mengaku mengalami adanya beban baik itu dari segi pikiran, perasaan, gelisah yang terus berulang-ulang.

2. Faktor Psikologis menyebabkan *Relapse* Pada Pasien Hipertensi di Posbindu PTM Durian.

Adapun faktor psikologis itu mempengaruhi *relapse* ialah karena adanya berbagai macam permasalahan yang dialami masing-masing subjek. Faktor psikologis itu berupa adanya tekanan baik itu dari segi kognitif, emosi, sosial lingkungan maupun adanya stressor yang berbeda dan alami oleh setiap subjek. Dilihat dari faktor psikologis aspek kognitif menurut pengakuan subjek ER yang mengakibatkan *relapsenya* hipertensi yang ia derita ialah karena memikirkan permasalahan anaknya, keterbatasan ekonomi, dan ketidakberdayaan dalam mengatur anaknya. Lain halnya dengan pengakuan subjek HR yang mengaku karena adanya kekhawatiran pada masa depan anaknya sebab kejadian yang pernah ia alami dan membuat ia terus memikirkannya, subjek mengalami susah tidur pada malam hari, adanya pikiran irasional sedangkan subjek NR mengaku adanya beban pikiran karena pekerjaan rumah yang diporsir dan harus fokus untuk merawat anak yang sudah dewasa sedang subjek memasuki usia lansia.

Di lihat dari faktor psikologis aspek emosi, subjek ER menuturkan hal yang menjadi penyebab *relapsenya* hipertensi yang ia derita ialah seringnya merasakan perasaan tidak menentu, seperti tidak nyaman, sering marah dan sedih. Subjek HR mengaku merasa susah tidur pada malam hari, cemas, sering marah, dan sedih sedangkan subjek NR mengaku karena akibat kelelahan fisik yang membuat adanya rasa keinginan untuk marah, dan karena adanya

perkataan/gunjungan dari tetangga yang membuat kecewa dan sedih. Dari sisi lingkungan masing-masing subjek menurut mereka memang mengalami permasalahan baik itu masalah verbal berupa gunjungan atau juga gangguan dari tetangga yang sering berisik, juga adanya salah paham dengan tetangga.

Stress yang dirasakan oleh masing-masing subjek diantaranya subjek ER yang mengaku akibat banyaknya pikiran dan permasalahan keuangan serta keterbatasan fisik yang menjadi tekanan, merasa cemas, sering melamun, dan beban yang terus berulang. Subjek HR mengaku mengalami kecemasan, adanya beban pada pikiran, merasa gelisah, mudah marah. Subjek NR mengaku *relapse* yang ia alami sebelumnya ia merasakan gelisah, sering marah akibat beban aktifitas yang berlebihan, kebingungan.

### 3. Temuan Penelitian

Temuan dalam penelitian ini ialah adanya usaha *coping stress* yang dilakukan oleh subjek yakni dengan cara masing-masing subjek mengatasi berbagai faktor pemicu terjadinya hipertensi. Bentuk usaha dari *coping stress* itu ialah seperti dengan lebih banyak berzikir dan istighfar mengingat Tuhan, bersikap sabar, dan melakukan berbagai hal yang menyenangkan supaya bisa meredakan berbagai tekanan baik itu dari segi kognitif, emosi, lingkungan sosial dan stress yang mereka alami. Sebagaimana pemahaman yang diberikan oleh pasien yang mengaku dengan adanya bersikap sabar, ridha dan juga dzikir bisa mengurangi intensitas dari kekambuhan hipertensi yang mereka derita.

## B. Rekomendasi

1. Bagi subjek penelitian hendaknya lebih bisa untuk menyadari faktor yang memengaruhi *relapse* dan mengelolanya agar berbagai faktor psikologis yang menjadi penyebab *relapsenya* hipertensi yang mereka derita sebelum hipertensi menyebabkan komplikasi penyakit lainnya dengan meningkatkan iman dan taqwa dengan mengikuti kegiatan keagamaan lebih banyak.
2. Untuk tenaga kesehatan dalam pengendalian penyakit tidak menular khususnya hipertensi hendaknya selain melakukan terapi medis berupa obat-obatan bisa melakukan terapi untuk menurunkan faktor psikologis yang mereka alami baik itu dengan cara psikoedukasi tentang manajemen emosi, pengelolaan pikiran atau membrikan keterampilan angger manajemen ataupun mengajak untuk menerapkan pola hidup sehat dimulai dari mental yang sehat.
3. Untuk peneliti selanjutnya lebih bagus jika bisa mengambil subjek penelitian dengan gender yang seimbang antara laki-laki dan perempuan serta informan yang dipakai bisa diambil dari orang sekitar atau tenaga kesehatan yang menangani pasien tersebut.