

BAB VI PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil pengkajian yang didapatkan, pasien merasakan pusing, dan sedikit kesusahan dalam menggerakkan tangan dan kaki bagian kiri. didapatkan tanda-tanda vital pasien tekanan darah 145/90 mmHg, Nadi 81X/ menit, RR 21x/ menit. Telah dilakukan pengukuran kekuatan otot dan didapatkan hasil ekstremitas atas dan bawah sebelah kanan (5), dan ekstremitas atas dan bawah sebelah kiri (4).
2. Berdasarkan hasil pengkajian keperawatan, diagnose keperawatan prioritas yang ditegakan untuk masalah hipertensi adalah resiko gangguan perfusi perifer.
3. Tindakan keperawatan yang diberikan kepada pasien untuk menangani masalah resiko gangguan perfusi perifer tidak efektif.yaitu dengan menerapkan Senam Hipertensi.
4. Sebelum dilakukan senam hipertensi tekanan darah pasien 145/90 mmHg, setelah dilakukan intervensi pada hari pertama didapatkan tekanan darah pasien 142/86 mmHg, pada hari kedua didapatkan hasil tekanan darah pasien setelah senam hipertensi 140/80 mmHg, dan pada hari ketiga didapatkan hasil tekanan darah pasien setelah melakukan senam hipertensi yaitu 138/78 mmHg.
5. Intervensi senam hipertensi apabila dilakukan 3x dalam seminggu secara rutin dapat efektif untuk mengontrol dan menurunkan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi, sehingga bisa membantu mengatasi permasalahan dari resiko perfusi perifer tidak efektif.

B. Saran

1. Bagi Mahasiswa
Menjadi referensi dan bahan pertimbangan untuk mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang keperawatan gerontik dan dapat melanjutkan penelitian mengenai pengaruh senam hipertensi pada lansia penderita

hipertensi dengan variabel yang berbeda. Hasil dari penelitian ini diharapkan bisa memberikan gambaran dan ide bagi para cendekiawan di luar sana dan bisa membangun kreativitas serta inovasi dalam melakukan penelitian.

2. Bagi Perawat

Menjadi referensi bagi perawat dalam mengontrol hipertensi pada lansia selain dengan menggunakan terapi farmakologi.

3. Bagi Pasien

Meningkatkan kesadaran diri dari pasien untuk bisa hidup lebih sehat dan menjaga asupan atau pola makan agar masalah seperti hipertensi dapat dikendalikan dengan baik. Hal ini bisa dilakukan dengan cara rutin senam hipertensi.

4. Bagi BPSTW Budi Luhur Yogyakarta

Saran peneliti untuk BPSTW adalah untuk bisa menerapkan senam hipertensi pada lansia yang memiliki Riwayat hipertensi untuk mengendalikan tekanan darah pada lansia agar tidak melonjak naik dan akan membahayakan nyawa dari lansia itu sendiri.