

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

5.1.1 Pengkajian

Pengkajian dilakukan pada hari Rabu, 17 April 2024 pukul 15.00 WIB terhadap keluarga Ny. S berusia 65 tahun

Klien Ny. S memiliki riwayat penyakit hipertensi dan memiliki riwayat penyakit dari orang tua Ny. S mengalami hipertensi tetapi tanpa gejala. Yang jadi permasalahan yaitu Ny. S menganggap penyakit hipertensi menjadi hal biasa rutin mengambil obat hipertensi tetapi Ny. S tidak rutin meminum obatnya dan hanya membatasi makanan asin, mengatakan bahwa kurang tahu cara mencegah apabila hipertensi kambuh. Hasil pemeriksaan TTV : tekanan darah 170/110mmHg. Intervensi unggulan yang di terapkan adalah senam Anti Hipertensi untuk penyakit hipertensi bertujuan senam Anti Hipertensi adalah membantu mengendalikan tekanan darah tinggi atau hipertensi. Latihan ini secara khusus dirancang untuk meningkatkan kesehatan jantung dan pembuluh darah, serta membantu mengurangi risiko komplikasi yang terkait dengan hipertensi, seperti serangan jantung, stroke, atau kerusakan organ lainnya.

Implementasi senam anti hipertensi ini cukup mudah di aplikasikan, serta telah terbukti efektif dalam menurunkan tekanan darah, membuat bersemangat, dan waktu singkat tidak memakan banyak waktu bagi klien yang memiliki kesibukan. Di mana pun dan kapan waktunya akan dapat di lakukan oleh siapapun yang menderita hipertensi

Evaluasi dan implementasi asuhan keperawatan dilakukan selama 4 hari dengan durasi ± 25 menit setiap kali melakukan terapi pada Ny. S di dapatkan hasil ada penurunan tekanan darah menjadi 120/90 mmHg yang berawalnya saat diukur di dapatkan hasil tekanan darah 170/110 mmHg dengan senam anti hipertensi klien dapat melakukan dengan mudah dan sebagai alternatif pengobatan selain mengkonsumsi obat

hipertensi. Berdasarkan hasil analisis didapatkan bahwa senam anti hipertensi dapat menurunkan tekanan darah pada klien dengan hipertensi

5.1 Saran

5.1.1 Bagi Perawat

Intervensi senam anti hipertensi diharapkan dapat menjadi intervensi utama dalam pemberian asuhan keperawatan lansia khususnya pada masalah kesehatan, serta meningkatkan pelayanan keperawatan dengan mengajarkan penerapan senam anti hipertensi pada lansia.

5.1.2 Bagi Klien

5.1.3 Intervensi Senam anti hipertensi pada klien hipertensi lebih efektif diharapkan dapat dijadikan sumber informasi bagi klien dalam melakukan senam anti hipertensi secara mandiri di rumah.

5.1.4 Bagi Instansi

Meningkatkan pelayanan kesehatan dengan pendidikan kesehatan pada klien dengan masalah hipertensi. Memberi informasi tentang intervensi senam anti hipertensi.

5.1.5 Bagi instansi pendidikan

Intervensi senam anti hipertensi diharapkan dapat dijadikan masukan sebagai bahan ajar dalam memberikan paparan dan informasi untuk penderita hipertensi.

5.1.6 Bagi penulis selanjutnya

Intervensi senam anti hipertensi diharapkan dapat dikembangkan oleh penulis selanjutnya terkait penerapan intervensi senam anti hipertensi pada klien