

## **BAB 5**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

- 5.1.1 Hasil pengkajian dilakukan pada Ny. S berusia 54 tahun, penderita Hipertensi bertempat tinggal di Desa Keliling Benteng Ulu Rt.02 yang mana keluarga kurang memahami perawatan kepada keluarga yang sakit khususnya Tn. S yang jarang memeriksakan kesehatannya dan Tn. S mengatakan hampir jarang mengeluh sakit, sedangkan Ny. S mengeluh hipertensi yang sudah lama dan mengatakan ketika makan hanya makan seperti ikan-ikan yang direbus atau dikukus namun, kadang-kadang memakan lauk yang digoreng serta menghindari makanan terlalu asin dan juga daging. Keluarga Tn.S dan Ny.S mengetahui bahwa anggota keluarganya mengalami penyakit hipertensi atau darah tinggi namun tidak sepenuhnya mengetahui penyebab dan cara mengatasi penyakit hipertensi.
- 5.1.2 Masalah keperawatan yang didapat pada kasus yaitu, Manajemen kesehatan tidak efektif berhubungan dengan kurang terpapar informasi (D.0115).
- 5.1.3 Intervensi unggulan yang di terapkan pada keluarga Ny.S adalah dengan menerapkan teknik terapi *brisk walking exercise* yang merupakan psikomotor skill sebagai terapi modalitas yang akan dibekalkan terhadap pasien dan keluarga dalam menurunkan tekanan darah.
- 5.1.4 Implementasi keperawatan dengan intervensi *brisk walking exercise* yaitu dengan menjelaskan definisi, manfaat, mekanisme kerja, indikasi dan kontraindikasi dan mengajarkan cara atau teknik *brisk walking exercise*.
- 5.1.5 Evaluasi dari implementasi asuhan keperawatan yang dilakukan selama 4 hari dengan masalah keperawatan manajemen Kesehatan keluarga tidak efektif yaitu keluarga Tn.S dan Ny.S memahami

tentang apa yang diajarkan terkait *brisk walking exercise* (definisi, manfaat, mekanisme kerja, indikasi dan kontraindikasi serta langkah-langkah) dan penerapan *brisk walking exercise* didapatkan bahwa terjadinya penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah tindakan.

- 5.1.6 Hasil Analisa Asuhan keperawatan keluarga dengan penerapan *Brisk Walking Exercise* pada Ny.S diketahui bahwa terjadi penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik setelah dilakukan intervensi *brisk walking exercise*. Pada hari pertama intervensi terjadi penurunan tekanan sistolik sebanyak 2 mmHg dan diastolik sebanyak 4 mmHg. Pada hari kedua intervensi terjadi penurunan tekanan sistolik sebanyak 3 mmHg dan diastolik sebanyak 3 mmHg. Pada hari ketiga intervensi terjadi penurunan tekanan sistolik sebanyak 4 mmHg dan diastolik sebanyak 4 mmHg.

## 5.2 Saran

### 5.2.1 Bagi perawat

Penerapan pemberdayaan keluarga mengenai hipertensi diharapkan dapat menjadi intervensi utama dalam pemberian asuhan keperawatan khususnya pada masalah deficit pengetahuan dan ketidak efektifan manajemen kesehatan terhadap penyakit hipertensi, serta meningkatkan pelayanan keperawatan dengan mengajarkan teknik terapi *brisk walking exercise* pada klien untuk menurunkan tekanan darah

### 5.2.2 Bagi klien dan keluarga

Penerapan pemberdayaan keluarga untuk melalui penkes hipertensi yang juga dibarengi dengan promosi kesehatan yang baik agar mampu memberikan pemahaman yang baik dan mampu memotivasi pasien untuk dapat mengakses tempat pelayanan kesehatan yang tepat akan sangat membantu dalam memberikan penanganan yang terbaik bagi pasien serta dengan menerapkan teknik terapi *brisk walking exercise*, pada klien hipertensi diharapkan dapat dijadikan sumber informasi bagi klien dan keluarga dalam pencegahan hipertensi secara mandiri di rumah.

### 5.2.3 Bagi instansi pendidikan

Penerapan terapi *brisk walking exercise* diharapkan dapat dijadikan masukan sebagai bahan ajar dalam memberikan paparan dan informasi untuk meningkatkan kualitas hidup penderita Hipertensi.

### 5.2.4 Bagi penulis selanjutnya

Penerapan penkes keluarga serta penerapan terapi *brisk walking exercise* diharapkan dapat dikembangkan atau dilaksanakan kembali oleh penulis berikutnya dan pada kesempatan yang berikutnya pada pasien hipertensi yang berbeda karna *brisk walking exercise* merupakan terapi modalitas yang efektif pada pasien hipertensi yang sudah pernah penulis buktikan hasilnya.