

BAB V PENUTUP

A. Simpulan

1. Asuhan keperawatan pada Ny. S dengan risiko perilaku kekerasan di Wisma Sembodro RSJ Grhasia pada tanggal 31 Oktober sampai 5 November 2022 dilakukan sesuai dengan SDKI, SLKI dan SIKI serta *evidence based nursing*.
2. Penerapan senam *aerobic low impact* pada Ny. S dilakukan setiap hari dari tanggal 1 sampai 5 November 2022 selama 20 menit. Senam *aerobic low impact* tidak hanya diikuti oleh Ny. S tetapi semua klien di Wisma Sembodro yang bersedia dan mampu melakukannya. Sependek penelusuran peneliti, di RSJ Grhasia belum disusun SOP tentang senam *aerobic low impact*.
3. Penerapan senam *aerobic low impact* pada Ny. S terbukti mampu menurunkan tanda gejala risiko perilaku kekerasan seperti gelisah dan mondar-mandir, mudah tersinggung, serta bicara ketus dan sinis.
4. Penulis mengidentifikasi beberapa faktor penghambat dan faktor pendukung selama penerapan senam *aerobic low impact*. Faktor penghambat yaitu terbatasnya fasilitas audiovisual, dan dilakukan tanpa instruktur. Faktor pendukung adalah ruangan tengah yang mampu memfasilitasi pelaksanaan senam aerobik, senam aerobik dilakukan oleh pasien dan petugas di Wisma Sembodro dapat memberikan motivasi yang lebih pada pasien, serta didukung oleh video tutorial senam aerobik dari

YouTube dengan instruktur yang memberikan gerakan pemanasan, gerakan inti, dan gerakan pendinginan, sehingga peserta dimudahkan dalam pelaksanaan senam *aerobic low impact* di Wisma Sembodro.

B. Saran

1. Bagi RSJ Grhasia

RSJ Grhasia diharapkan menyusun SOP tentang senam *aerobic low impact* karena memiliki banyak manfaat salah satunya adalah menurunkan tanda gejala risiko perilaku kekerasan.

2. Bagi perawat

Perawat Wisma Sembodro diharapkan memberikan intervensi berupa senam *aerobic low impact* pada pasien dengan resiko perilaku kekerasan karena terbukti dapat menurunkan tanda gejala risiko perilaku kekerasan.

3. Bagi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Poltekkes Kemenkes Yogyakarta diharapkan memberikan mahasiswanya berbagai macam kemampuan terutama dalam mengatasi masalah klien, salah satunya dengan melakukan senam *aerobic low impact* sehingga dapat menjadi instruktur bagi klien.