

## **BAB V PENUTUP**

### **A. Simpulan**

Setelah dilakukan penerapan senam hipertensi dalam upaya penurunan tekanan darah pada dua lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Godean I oleh penulis selama empat kali kunjungan dalam dua minggu pada tanggal 20 Februari sampai 4 Maret 2023 dapat disimpulkan bahwa:

1. Asuhan keperawatan gerontik pada dua lansia diberikan dengan pendekatan proses keperawatan meliputi pengkajian keperawatan, diagnosis keperawatan, perencanaan keperawatan, implementasi keperawatan dan evaluasi keperawatan. Data berhasil dikumpulkan dan ditegakkan dua diagnosis keperawatan, pada kasus I yaitu manajemen kesehatan tidak efektif b.d kompleksitas program perawatan/pengobatan dan risiko perfusi serebral tidak efektif b.d hipertensi. Sedangkan pada kasus ke II yaitu diagnosis defisit pengetahuan tentang senam hipertensi b.d kurang terpapar informasi dan manajemen kesehatan tidak efektif b.d kompleksitas program perawatan/pengobatan. Setelah ditegakkan diagnosis keperawatan maka disusun perencanaan keperawatan mencakup observasi, tindakan terapeutik dan edukasi dengan harapan semua tujuan tercapai dalam 4x kunjungan selama dua minggu. Selanjutnya dilakukan pelaksanaan keperawatan dari dua diagnosis masing-masing sesuai dengan rencana yang telah disusun.
2. Pendokumentasian telah dilaksanakan sesuai dengan kronologis waktu dan kriteria dalam format asuhan keperawatan yang terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, dan pada tahap evaluasi penulis menggunakan SOAP.

3. Faktor pendukung dalam pelaksanaan asuhan keperawatan pada dua lansia adalah adanya kemauan pasien dan kerjasama yang baik antara lansia dan penulis, sedangkan faktor penghambat dalam penerapan senam hipertensi pada dua lansia adalah keterbatasan waktu dalam melaksanakan studi kasus sehingga kurang optimal

## **B. Saran**

### **1. Bagi Puskesmas Godean I**

Pihak Puskesmas Godean I sebaiknya dapat menindaklanjuti penerapan senam hipertensi pada penderita hipertensi sebagai bahan evaluasi bagi Puskesmas dalam meningkatkan kebijakan pelayanan kesehatan kepada masyarakat.

### **2. Bagi Perawat Puskesmas Godean I**

Perawat Puskesmas Godean I sebaiknya dapat memberikan edukasi terkait senam hipertensi pada lansia dengan hipertensi dan melakukan pemantauan serta evaluasi terkait penerapan senam hipertensi yang sudah diajarkan agar perawat dapat mengetahui kepatuhan lansia dalam mengendalikan hipertensi untuk pemenuhan aktivitas fisik.

### **3. Bagi Mahasiswa Jurusan Keperawatan**

Mahasiswa jurusan keperawatan sebaiknya dapat memanfaatkan laporan studi khusus ini sebagai bahan referensi materi pembelajaran terkait asuhan keperawatan gerontik dengan hipertensi.

#### 4. Bagi Lansia Penderita Hipertensi

Lansia penderita hipertensi sebaiknya dapat menerapkan latihan rutin senam hipertensi secara mandiri, sehingga mampu memberikan pemenuhan aktivitas fisik dalam upaya penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi.