

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus tentang implementasi senam hipertensi pada anggota keluarga dengan hipertensi yang telah dilakukan pada bulan Februari 2024 di wilayah kerja Puskesmas Mlati II maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Proses asuhan keperawatan dilakukan pada kedua klien selama 3 hari berturut-turut. Dimulai dari pengkajian pada tanggal 1 - 3 februari 2024. Hasil pengkajian didapatkan data kedua anggota keluarga memiliki riwayat hipertensi. Setelah dilakukan pengkajian dan analisa data ditegakkan diagnosa keperawatan pada anggota keluarga Ny. T dan Ny.S yaitu manajemen kesehatan keluarga tidak efektif b.d kompleksitas program perawatan atau pengobatan. Berdasarkan masalah tersebut peneliti merencanakan tindakan keperawatan yaitu implementasi senam hipertensi. Tindakan keperawatan dilakukan selama 3 kali kunjungan dalam 3 hari berturut-turut. Masalah keperawatan manajemen kesehatan keluarga tidak efektif dapat teratasi dibuktikan dengan kriteria hasil yang ditetapkan tercapai.
2. Perubahan respon terhadap implementasi senam hipertensi antara kedua anggota keluarga yaitu Ny. T dan Ny. S cukup signifikan, hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti pola makan, pola aktivitas, pola

stress, pola tidur, serta motivasi dari kedua anggota keluarga agar dapat melakukan senam hipertensi secara rutin.

B. Saran

Berdasarkan hasil studi kasus yang telah dilakukan ada beberapa saran yang dapat peneliti sampaikan kepada pihak-pihak yang terkait dengan studi kasus ini sebagai berikut:

1. Bagi klien dan keluarga

Diharapkan kedua anggota keluarga dapat meluangkan waktu selama 30 menit untuk melakukan senam hipertensi.

2. Bagi perawat dan kader

Diharapkan dengan adanya penerapan senam hipertensi ini dapat meningkatkan keterampilan dalam melakukan tindakan keperawatan serta dapat menjadi salah satu cara alternatif dalam menangani pasien dengan hipertensi.

3. Bagi Institusi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Diharapkan dapat menjadi referensi dan masukkan mengenai implementasi senam hipertensi pada anggota keluarga dengan hipertensi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan adanya penulisan lebih lanjut terkait dengan faktor lain yang berhubungan dengan senam hipertensi pada anggota keluarga

dengan hipertensi. Perlu adanya penambahan responden agar hasil senam hipertensi menjadi lebih terlihat penurunannya.