

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Setelah penulis melakukan studi kasus pada Ny. W yaitu: Ny.W dengan penerapan senam hipertensi untuk menurunkan tekanan darah dan gejala nyeri kepala pada penderita hipertensi di wilayah Kp Cidapad Tengah Kab Sukabumi Tahun 2021, maka penulis dapat mengambil kesimpulan bahwa : dari hasil evaluasi pengkajian pada studi kasus ini menunjukkan bahwa Ny.W mengalami tekanan darah 160/100 mmHg. Namun setelah dilakukan intervensi keperawatan dengan latihan fisik senam hipertensi selama 2 minggu ( 3kali dalam seminggu) dapat teratasi menjadi 120/90 mmHg dan klien mengatakan sangat senang dengan diadakannya senam hipertensi, klien mengatakan akan mempraktekan 1 minggu 2kali senam hipertensi secara mandiri, klien nampak senang dan tenang setelah mengetahui tekanan darahnya semakin hari semakin membaik.

#### **5.2 Saran**

Ada beberapa saran yang ingin penulis sampaikan, diharapkan saran ini bisa diterima dan dipertimbangkan sebaik – baiknya untuk peningkatan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) yang ada dalam bidang asuhan keperawatan pada penderita hipertensi pada tahap berikutnya.

##### **5.2.1 Bagi Masyarakat Kp Cidapad Tengah Kab Sukabumi**

Hasil penulisan ini diharapkan dapat menjadi masukan dan sumbangan pemikiran untuk tenaga kesehatan khususnya yang berada di Kp Cidapad kab sukabumi dalam meningkatkan mutu pelayanan bagi pasien gangguan system kardiovaskuler dengan menerapkan latihan senam lansia sebagai upaya penurunan tekanan darah bagi penderita hipertensi pada lansia. Selain itu juga dapat dijadikan bahan

masukannya bagi tenaga kesehatan khususnya tenaga perawat dalam rangka meningkatkan mutu pemberian asuhan keperawatan.

### **5.2.2 Bagi Pengembangan dan Penelitian Selanjutnya**

Hasil sumbangan penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar pengembangan model – model intervensi keperawatan lainnya khususnya dalam menangani penyakit kardiovaskuler dan menurunkan tekanan darah pada lansia.