

BAB VI

PENUTUP

VI.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dari pengkajian, analisa data, diagnosa keperawatan hingga implementasi dan evaluasi keperawatan dapat disimpulkan bahwa setelah diberikan intervensi brisk walking exercise sebanyak 3 kali pertemuan terjadi penurunan tekanan darah baik pada pasien kelolaan utama maupun pasien resume. Pada pasien kelolaan utama menunjukkan bahwa terjadi penurunan tekanan darah sistolik dari 160/100 mmHg sebelum intervensi dan mengalami penurunan tekanan darah menjadi 150/90 mmHg di pertemuan ketiga setelah intervensi. Pada pasien resume juga terdapat penurunan tekanan darah dari sebelum diberikan intervensi yaitu 160/110 mmHg menurun menjadi 160/90 mmHg di pertemuan hari ketiga setelah intervensi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa brisk walking exercise terbukti dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

VI.2 Saran

a. Bagi Keluarga dan Anggota Keluarga dengan Hipertensi

Peneliti menyarankan agar keluarga dan anggota keluarga yang mengalami hipertensi dapat memanfaatkan terapi brisk walking exercise untuk membantu menurunkan tekanan darah tinggi.

b. Bagi Pelayanan Kesehatan

1) Puskesmas

Peneliti menyarankan agar puskesmas dapat menjadikan hasil dari penerapan evidence based nursing ini sebagai salah satu acuan untuk melakukan terapi brisk walking exercise dalam menangani penderita hipertensi dan menjadikan produk luaran yang telah dibuat sebagai bahan pengetahuan bagi puskesmas maupun pengunjung.

2) Perawat

Peneliti menyarankan pada perawat khususnya perawat komunitas agar dapat menerapkan terapi brisk walking exercise sebagai salah satu

pilihan intervensi terapi komplementer untuk membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

c. Pengembangan Ilmu Keperawatan

Peneliti menyarankan agar hasil dari penerapan evidence based ini dapat digunakan sebagai salah satu referensi dalam melakukan pengembangan penelitian yang berhubungan dengan tekanan darah tinggi.

d. Peneliti Selanjutnya

Peneliti menyarankan agar hasil dari penerapan terapi ini dapat dikembangkan bersama dengan penelitian yang lain dengan cara menggabungkan terapi ini dengan terapi lain untuk mengetahui efektifitasnya dalam membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.