

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Setelah dilakukannya proses asuhan keperawatan keluarga kepada Tn. E sebagai seorang lansia yang menjadi pasien pada kasus ini, dimana mulai dari pengkajian, analisa data, implementasi dan pelaksanaan intervensi inovasi serta evaluasi hasil maka dapat dinyatakan hasil akhir dari penerapan *Chair Yoga Therapy* terbukti mampu menurunkan nilai tekanan darah. Selain itu, pada pasien resume juga menunjukkan hasil penurunan tekanan darah yang mana pasien resume ini sebagai kelompok kontrol dengan tidak diberikan intervensi *Chair Yoga Therapy* tetapi pasien tersebut melakukan cara tersendiri untuk menurunkan tekanan darah dengan makan sayur timun rendah garam dan lalapan labu siam yang hanya direbus. Pelaksanaan intervensi inovasi *Chair Yoga Therapy* yang dilakukan selama 5 minggu dimana tiap minggunya dilakukan sebanyak 2 kali dan memperlihatkan hasil bahwa terdapat perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian intervensi. Penjelasan ini dibuktikan karena hasil dari tekanan darah pasien kelolaan dari yang semula nya adalah 172/95 mmHg diakhir pemberian menjadi 129/80 mmHg, serta dijabarkan pula pada tabel grafik menunjukkan adanya penurunan dari tiap dilakukannya pelaksanaan intervensi *Chair Yoga Therapy*. Begitu pula dengan pasien resume, terjadi adanya penurunan tekanan darah dari 156/95 mmHg menjadi 130/80 mmHg, dan pada grafik juga menunjukkan penurunan pada tiap minggu nya yang dimana mengkonsumsi sayur timun rendah garam dan lalapan labu siam yang hanya di rebus saja. Dari hasil penjelasan kasus ini dinyatakan bahwa intervensi Inovasi *Chair Yoga Therapy* sebagai *Evidence Based Nursing* (EBN) yang terbukti dapat menurunkan tekanan darah pada seorang lansia yang mengalami hipertensi.

V.2 Saran

a. Bagi Lansia Hipertensi

Lansia yang mengalami hipertensi dapat melakukan dan menerapkan salah satu cara untuk menurunkan tekanan darah yaitu dengan latihan *Chair Yoga Therapy* dalam kehidupan sehari-harinya.

b. Bagi Keluarga dengan Anggota Keluarga Hipertensi

Keluarga dengan lansia hipertensi dapat membantu untuk memenuhi tugas kesehatan keluarga dengan melakukan perawatan yang memanfaatkan *Chair Yoga Therapy* sebagai cara agar dapat menurunkan dan mengontrol tekanan darah supaya stabil.

c. Bagi Pelayan Kesehatan

1) Puskesmas

Puskesmas dapat menjadikan intervensi *Chair Yoga Therapy* sebagai salah satu program pelayanan di masyarakat seperti Posbindu untuk diterapkan kepada masyarakat lansia yang mengalami hipertensi supaya masalah kesehatannya dapat terkontrol dengan baik.

2) Perawat

Perawat terkhusus perawat komunitas dapat menerapkan *Chair Yoga Therapy* sebagai salah satu cara yang dapat dilakukan sebagai rencana tindakan keperawatan dalam segi non-farmakologis untuk mengontrol dan menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi.

d. Bagi Ilmu Keperawatan

Hasil dari penerapan *evidence based nursing* yang diterapkan pada kasus lansia hipertensi dapat dijadikan sebagai referensi mahasiswa keperawatan untuk mengembangkan ilmu keperawatannya yang dimana *Chair Yoga Therapy* dapat dijadikan sebagai salah satu rencana asuhan keperawatan.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil pengaruh terapi ini dapat dijadikan ide untuk melakukan penelitian lain yang dikombinasikan dengan jenis terapi lain sehingga diharapkan hasil dari terapi yang dikombinasikan dapat menunjukkan hasil yang lebih baik.