

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di POSKESDES Desa Berdikari Kecamatan Palolo mengenai Pengaruh Senam Lansia Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di POSKESDES Desa Berdikari Kecamatan Palolo, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Hasil pengukuran tekanan darah responden sebelum diberikan intervensi senam lansia sebagian besar lansia mempunyai tekanan darah tinggi (hipertensi stage 1) sebanyak 10 orang dengan presentase 58.8%.
2. Hasil pengukuran tekanan darah responden setelah diberikan senam lansia yaitu sebagian besar lansia mempunyai tekanan darah pre hiperetensi sebanyak 12 orang dengan presentase 70.6%.
3. Ada pengaruh pemberian senam lansia terhadap penurunan tekanan darah pada responden di POSKESDES Desa Berdikari Kecamatan Palolo.

B. Saran

1. Bagi POSKESDES Berdikari

Penelitian ini digunakan sebagai bahan masukan dan informasi bagi pelayanan kesehatan di POSKESDES Desa Berdikari untuk mengembangkan rencana asuhan keperawatan khususnya dalam penanganan hipertensi khususnya di kalangan lanjut usia.

2. Bagi Universitas Widya Nusantara Palu

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan ajar di Universitas Widya Nusantara atau sekolah kesehatan lainnya.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi, sebagai sumber pembanding dan bias dilanjutkan oleh peneliti-peneliti selanjutnya dalam pengembangan ilmu keperawatan.