

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil peneitan yang dilakukan oleh peneliti diwilayah kerja puskesmas Managaisaki kota Toli-toli, mengenai pengaruh latihan *Buerger Allen Exercise* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi. Maka dapat di simpulkan bahwa;

1. Rata-rata tekanan darah lansia yang mengalami hipertensi di puskesmas Managaisaki kota Toli-toli sebelum di lakukan latihan *Buerger Allen Exercise* adalah 155,50
2. Rata-rata tekanan darah lansia yang mengalami hipertensi di puskesmas Managaisaki kota Toli-toli sesudah dilakukan latihan *Buerger Allen Exercise* adalah 150,50 dan standar deviasi 24,810
3. Adanya pengaruh latihan *Buerger Allen Exercise* terhadap penurunan tekanan darah

B. Saran

1. Bagi puskesmas Managaisaki kota Toli-toli

Diharapkan dengan hasil penelitian ini dapat menjadi pengobatan alternative non farmakologi untuk pasien pasien penderita hipertensi.

2. Bagi Universitas widya Nusantara Pau

Dapat dijadikan sebagai informasi dan materi kuliah untuk kegiatan proses belajar mengajar serta dapat meningkatkan pengetahuan mahasiswa tentang terapi *Buerger Allen Exercise* dan mejadi memperkaya bahan pustka institut.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjut yang ingin yang ingin meneliti lebih jauh tentang pengaruh Latihan *Buerger Allen Exercise* di harapkan untuk memperhatikan pola hidup responden akan mendapatkan hasil yang maksimal.