BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pelaksanaan asuhan keperawatan gerontik yang telah dilakukan pada dua lansia dengan Hipertensi di UPTD PPSGL Satpel Griya Lansia Kabupaten Garut Tahun 2026, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pengkajian

   Hasil pengkajian yang dilakukan pada kedua responden menunjukkan bahwa keduanya menderita hipertensi dengan riwayat penyakit yang sudah berlangsung cukup lama. Pada pemeriksaan fisik awal, diperoleh data objektif berupa peningkatan tekanan darah yang signifikan, yaitu 163/87 mmHg pada responden pertama dan 160/85 mmHg pada responden kedua. Kedua responden mengeluhkan pusing dan rasa berat pada tengkuk yang muncul terutama saat tekanan darah meningkat atau setelah melakukan aktivitas yang cukup berat. Selain itu, kedua responden juga mengeluhkan mudah lelah saat beraktivitas sehingga aktivitas sehari-hari menjadi terbatas. Pada saat pengkajian ditemukan adanya penurunan toleransi aktivitas yang ditandai dengan responden cepat merasa lelah saat berjalan maupun melakukan aktivitas fisik. Hasil observasi menunjukkan bahwa kedua responden berjalan dengan perlahan dan berhati-hati saat mobilisasi, bahkan responden pertama menggunakan alat bantu jalan. Adanya keluhan lelah, ketidakstabilan saat mobilisasi, faktor usia lanjut, serta kondisi nilai tekanan darah yang tinggi tersebut menempatkan kedua responden pada kondisi risiko tinggi mengalami jatuh.

2. Diaganosa Keperawatan

   Berdasarkan data yang diperoleh selama proses pengkajian, diagnosa keperawatan yang ditemukan dan ditegakkan kepada kedua responden dalam asuhan keperawatan ini meliputi Risiko perfusi cerebral tidak efektif berhubungan dengan hipertensi (D.0017), kemudian Intoleransi aktivitas berhbungan dengan kelemahan fisik (D.0056) dan Risiko jatuh berhubungan dengan gangguan mobilitas fisik (D.0143).

3. Intervensi

ntervensi keperawatan yang diberikan berfokus pada tiga diagnosis sesuai Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI). Tindakan utama meliputi pemantauan tekanan darah secara rutin, kolaborasi pemberian obat antihipertensi, serta penerapan terapi nonfarmakologis *Isometric Handgrip Exercis*e selama tujuh hari untuk menurunkan tekanan darah dan mengurangi keluhan pusing serta berat pada tengkuk. Selain itu, dilakukan intervensi pendukung berupa manajemen energi untuk meningkatkan toleransi aktivitas dan edukasi keselamatan fisik untuk mencegah risiko jatuh pada kedua klien.

4. Implementasi

Implementasi pemantauan neurologis, pemantauan tekanan darah, dan terapi Isometric Handgrip Exercise selama tujuh hari secara rutin terbukti efektif memperbaiki risiko perfusi serebral tidak efektif. Hasilnya, tekanan darah responden pertama turun dari 163/87 mmHg menjadi 141/79 mmHg, dan responden kedua dari 160/85 mmHg menjadi 140/76 mmHg. Penurunan ini disertai dengan hilangnya keluhan pusing dan rasa berat pada tengkuk di akhir perawatan. Selain itu, pendampingan melalui manajemen energi dan edukasi pencegahan jatuh berhasil meningkatkan kemampuan aktivitas kedua responden menjadi lebih aman, tidak mudah lelah, serta bebas dari kejadian cedera atau jatuh selama masa perawatan.

5. Evaluasi

Berdasarkan hasil evaluasi keperawatan selama tujuh hari, ketiga diagnosis keperawatan pada kedua klien lansia dinyatakan teratasi sebagian. Hasil pemantauan menunjukkan adanya penurunan tekanan darah yang signifikan secara bertahap, di mana responden pertama turun dari nilai awal 163/87 mmHg menjadi 141/79 mmHg dan responden kedua dari 160/85 mmHg menjadi 140/76 mmHg. Penurunan tekanan darah ini diikuti dengan perbaikan klinis berupa hilangnya keluhan pusing dan rasa berat pada tengkuk pada hari-hari akhir perawatan. Selain itu, kedua klien juga tampak lebih nyaman, rileks, menunjukkan peningkatan toleransi serta kemampuan aktivitas sehari-hari tanpa mengeluh cepat lelah, dan tidak mengalami

kejadian jatuh atau cedera selama masa perawatan. Secara keseluruhan, penerapan intervensi pemantauan neurologis dan terapi Isometric Handgrip Exercise terbukti efektif dalam membantu mengontrol tekanan darah, meminimalkan keluhan fisik, serta meningkatkan stabilitas kondisi perfusi serebral pada klien lansia dengan hipertensi.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil studi kasus mengenai Asuhan Keperawatan Gerontik Dengan Ostheoarthritis di UPTD PPSGL Satpel Griya Lansia Kabupaten Garut, penulis memberikan beberapa saran yang diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam upaya peningkatan kualitas pelayanan dan pengembangan ilmu keperawatan, yaitu sebagai berikut:

1. Bagi peneliti

   Peneliti disarankan untuk terus meningkatkan pengetahuan, wawasan, serta pengalaman dalam menerapkan proses asuhan keperawatan gerontik, khususnya pada lansia dengan hipertensi. Selain itu, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi untuk pengembangan penelitian selanjutnya terkait intervensi keperawatan nonfarmakologis dalam membantu mengontrol tekanan darah pada klien dengan hipertensi.

2. Bagi klien/lansia

   Klien disarankan untuk melakukan pemantauan tekanan darah secara mandiri secara rutin serta menjalankan terapi *Isometric Handgrip Exercise* secara mandiri sesuai kemampuan dan anjuran yang telah diberikan apabila tekanan darah mulai meningkat atau muncul keluhan seperti pusing. Klien juga disarankan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai hipertensi, cara pengendalian yang tepat, serta pentingnya menjaga pola hidup sehat, aktivitas fisik yang sesuai, kepatuhan terhadap pengobatan, dan kontrol kesehatan secara teratur guna membantu mengontrol tekanan darah serta meningkatkan kualitas hidup lansia.

3. Bagi intitusi Pendidikan

   Institusi pendidikan disarankan untuk memanfaatkan hasil studi kasus ini sebagai sumber informasi dan bahan pembelajaran dalam

pengembangan imu keperawatan gerontik, khususnya yang berkaitan dengan asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi.

4. Bagi tempat penelitian

   UPTD PPSGL Satpel Griya Lansia Garut disarankan untuk terus mengoptimalkan pemberian asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi serta mempertimbangkan penggunan terapi *isometric handgrip eercise* sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis dalam membantu mengurangi nyeri dan meningkatkan kenyamanan klien.

5. Bagi perawat

   Perawat disarankan untuk memanfaatkan hasil studi kasus ini sebagai bahan masukan dan sumber informasi dalam memberikan asuhan keperawatan gerontik pada lansia dengan Hipertensi. Selain itu, perawat dapat mengoptimalkan penerapan intervensi keperawatan yang sesuai dengan kondisi dan kebutuhan klien gna meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan.

6. Bagi peneliti selanjutnya

   Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai penatalaksanaan Hipertensi pada lansia dengan jumlah responden yang lebih besar dan periode penelitian yang lebih panjang. Selain itu, dapat dilakukan pengembangan penelitian terkait efektivitas berbagai intervensi keperawatan nonfarmakologis dalam menurunkan nyeri.