

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bagaimana gambaran gaya hidup pada penderita hipertensi di Dusun Sentong dalam meningkatkan imunitas penderita selama masa pandemi Covid-19. adalah sebagai berikut:

1. Berdasarkan penelitian para responden telah melakukan beberapa gambaran dalam mengendalikan hipertensi di rumah sekaligus meningkatkan imunitas selama masa pandemi Covid-19 salah satunya adalah dengan melakukan olahraga jalan kaki hipertensi, mengonsumsi obat antihipertensi, dan begitupun kegiatan lain yakni mengonsumsi makanan yang matang, sehat, serta higienis untuk menjaga tubuh tetap sehat dan mencegah terjadinya penyakit sesuai dengan pola makan penderita hipertensi, tidak mengonsumsi zat adiktif yang meliputi rokok, kopi, dan alkohol, melakukan pemeriksaan tekanan darah rutin, dan tentunya melakukan protokol kesehatan 3M. Namun pada poin pemeriksaan TD dapat ditingkatkan lagi karena terdapat responden yang melakukan pemeriksaan TD hanya saat bergejala saja.
2. Berdasarkan pemeriksaan tekanan darah didapatkan hasil ketiga TD responden cukup bagus dan tidak ada keluhan.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan hasil studi kasus ini dapat diaplikasikan untuk klien dengan hipertensi dan membantu memodifikasi gaya hidup klien penderita hipertensi untuk mencegah terjadinya hipertensi berulang.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Bagi institusi pendidikan diharapkan penelitian ini dapat memberikan pengetahuan-pengetahuan baru tentang gaya hidup sehat pada penderita hipertensi agar dapat menyesuaikan pemberian asuhan keperawatan dan pendidikan kesehatan di masa pandemi Covid-19 yang saat ini mungkin berbeda dengan kondisi terdahulu.

3. Bagi Instansi Kesehatan (RS, Puskesmas, dll)

Diharapkan bagi instansi kesehatan agar klien hipertensi diberikan asuhan keperawatan dalam lingkup lingkungan yang kondusif sehingga akan lebih efektif dalam meningkatkan kondisi klien dan disesuaikan dengan spesifik dari masalah keperawatan yang ada pada klien.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian studi kasus ini dapat diperdalam dan dikembangkan oleh peneliti selanjutnya dalam penelitian tentang faktor dan gaya hidup yang mempengaruhi terjadinya hipertensi.

