

## **BAB 7**

### **PENUTUP**

#### **7.1 Kesimpulan**

1. Tekanan darah sebelum Terapi Modalitas Senam ANSI (Anti Hipertensi) pada pasien hipertensi di Puskesmas Industri dengan rata-rata sistolik sebesar 157,09 mmHg dan diastolik 89,41 mmHg.
2. Tekanan darah sesudah Terapi Modalitas Senam ANSI (Anti Hipertensi) pada pasien hipertensi di Puskesmas Industri dengan rata-rata sistolik sebesar 151,68 mmHg dan diastolik 87,82 mmHg.
3. Ada pengaruh Terapi Modalitas Senam ANSI (Anti Hipertensi) terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Industri.

#### **7.2 Saran**

##### **1. Bagi Tempat Penelitian**

Bagi pelayanan kesehatan lebih aktif dan meningkatkan program kesehatan serta memotivasi, memfasilitasi dan mendukung khususnya untuk kegiatan senam ANSI (Anti Hipertensi) agar dapat dijadikan program rutin minimal satu minggu sekali, karena salah satu olahraga yang memiliki banyak manfaat untuk kesehatan tubuh pasien hipertensi.

##### **2. Bagi Institusi**

Melakukan pengabdian masyarakat *health education* senam ANSI (Anti Hipertensi) kepada pasien hipertensi agar tingkat kesehatan pasien hipertensi meningkat.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini dapat sebagai acuan dan bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan kelompok kontrol sebagai pembanding penelitian dan jumlah responden yang lebih banyak.

