

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Literatur review mengungkapkan sejumlah wawasan penting mengenai pengaruh *Brisk Walking Exercise* terhadap nilai tekanan darah pada pasien hipertensi. Dalam 15 jurnal ditemukan bahwa semuanya mempunyai pengaruh *Brisk Walking Exercise* terhadap nilai tekanan darah pada pasien hipertensi, dan tidak ada jurnal yang tidak berpengaruh dalam *Brisk Walking Exercise* terhadap nilai tekanan darah pada pasien hipertensi.

Sehingga, berkesimpulan bahwasanya hasil artikel dengan judul Pengaruh *Brisk Walking Exercise* terhadap nilai tekanan darah pada pasien hipertensi sangat efektif dan berpengaruh dalam menurunkan nilai tekanan darah pada pasien hipertensi.

B. SARAN

Saran peneliti untuk melaksanakan *literature review* berikutnya:

1. Bagi penderita

Dengan adanya terapi *Brisk Walking Exercise* dapat memberikan manfaat dan mengurangi, menurunkan bagi penderita hipertensi.

2. Bagi peneliti

Memberikan pengalaman mengenai penelitian dengan cara literatur review sehingga bisa dimanfaatkan pada saat bekerja nanti.

3. Pendidikan keperawatan

Hasil temuan ini seharusnya mampu dijadikan bahan ajar terapi komplementer dan meningkatkan pemahaman mahasiswa keperawatan tentang terapi komplementer tentang pengaruh *brisk walking exercise* terhadap nilai Tekanan Darah pada pasien hipertensi melalui literature review, yang bisa diterapkan pada intervensi keperawatan.

4. Dari Pelayanan Kesehatan

Hendaknya hasil temuan ini bisa menjadi bahan masukan bagi pelayanan kesehatan dalam meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan dengan cara meningkatkan kesejahteraan perawat. mengintegrasikan program penguatan diadakan pendidikan kesehatan bagi keluarga yang anggota keluarganya yang mengalami hipertensi.