

BAB V

PENUTUP

A . Kesimpulan

Kesimpulan dari penulisan asuhan keperawatan ini adalah diperolehnya gambaran pelaksanaan asuhan keperawatan yang meliputi tahap pengkajian, penetapan diagnosa keperawatan, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi pada Ny. N dan Ny. R dengan diagnosa hiperkolesterolemia melalui intervensi Six Minute Walking.

Berdasarkan hasil pengkajian, Ny. N dan Ny. R mengalami hiperkolesterolemia yang dipengaruhi oleh pola hidup kurang aktif, kebiasaan konsumsi makanan tinggi lemak, serta kurangnya pemahaman mengenai pentingnya aktivitas fisik dalam pengelolaan kadar kolesterol. Setelah dilakukan analisis data, ditetapkan diagnosa keperawatan yaitu manajemen kesehatan tidak efektif berhubungan dengan kurangnya pengetahuan keluarga tentang pengelolaan hiperkolesterolemia.

Pelaksanaan asuhan keperawatan dilakukan melalui pemberian edukasi kesehatan dan penerapan intervensi Six Minute Walking yang dilakukan secara teratur sesuai kemampuan klien. Implementasi dilakukan selama beberapa kali pertemuan dengan durasi latihan berjalan selama enam menit. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa Ny. N dan Ny. R mengalami peningkatan pemahaman mengenai pentingnya aktivitas fisik, menunjukkan sikap kooperatif, serta adanya perbaikan kondisi fisik dan kecenderungan penurunan kadar kolesterol.

Dengan demikian, intervensi Six Minute Walking dapat disimpulkan efektif sebagai salah satu upaya nonfarmakologis dalam membantu pengelolaan hiperkolesterolemia dan dapat diterapkan secara mandiri oleh klien dan keluarga dalam kehidupan sehari-hari.

B.SARAN

1. Saran untuk Keperawatan

Diharapkan asuhan keperawatan keluarga khususnya pada klien dengan hiperkolesterolemia dapat terus dikembangkan dengan menekankan intervensi nonfarmakologis seperti Six Minute Walking. Perawat diharapkan dapat meningkatkan edukasi kesehatan secara berkesinambungan guna mendorong perubahan perilaku hidup sehat dan meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan keluarga.

2. Saran untuk Klien dan Keluarga

Diharapkan Ny. N dan Ny. R beserta keluarga dapat melanjutkan pelaksanaan Six Minute Walking secara mandiri dan rutin, serta menerapkan pola hidup sehat seperti pengaturan pola makan rendah lemak dan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Keluarga diharapkan berperan aktif dalam mendukung dan memotivasi klien agar pengelolaan hiperkolesterolemia dapat berjalan optimal dan berkelanjutan.