

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis 3 jurnal penelitian mengenai aktivitas fisik pasien penyakit jantung koroner yang telah dilakukan maka dapat ditarik beberapa kesimpulan, yaitu :

1. Dari 3 jurnal penelitian yang dianalisa menyatakan bahwa lebih dari setengah pasien PJK melakukan aktivitas fisik ringan, atau sebesar (63,4%-74%).
2. Berdasarkan karakteristik pasien menunjukkan bahwa sebagian besar usia pasien PJK adalah >50 tahun, sedangkan untuk jenis kelamin lebih banyak pasien yang berjenis kelamin laki-laki, dan untuk pekerjaan pasien rata-rata adalah wiraswasta.

5.2 Rekomendasi

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan maka penulis akan menyampaikan rekomendasi yang bisa menjadi masukan untuk semua pihak, diantaranya adalah:

5.2.1 Institusi

Hasil penelitian ini dapat menambah informasi dan sebagai bahan pembelajaran di lingkungan kampus. Juga untuk mendukung pembelajaran

mengenai aktivitas fisik bagi pasien PJK, maka pada saat mata kuliah KMB khususnya saat membahas mengenai asuhan keperawatan pasien PJK agar diajarkan mengenai aktivitas fisik bagi pasien PJK.

5.2.2 Profesi

Perawat perlu meningkatkan tindakan dalam pemberian pendidikan kesehatan khususnya mengenai pentingnya melakukan aktivitas fisik sesuai kemampuan agar pasien dan juga keluarga menjadi paham pentingnya aktivitas fisik bagi pasien penyakit jantung koroner, dalam melakukan pendidikan kesehatan baiknya perawat menggunakan metoda yang menarik seperti menggunakan leaflet, poster, dan media lainnya. Aktivitas fisik yang dianjurkan yaitu aktivitas sedang selama 30-60 menit dan dilakukan 3-4 kali seminggu. Aktivitas sehari-hari seperti berjalan, naik tangga, berkebun dan pekerjaan rumah tangga dilakukan 5-6 jam seminggu.

5.2.3 Peneliti lain

Penelitian selanjutnya dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai bahan atau data dasar untuk melakukan penelitian mengenai aktivitas fisik pasien penyakit jantung koroner.

