

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

1. Mayoritas pasien gagal jantung dengan fraksi ejeksi menurun (HFrEF) pada penelitian ini adalah laki-laki, sebagian besar berusia di atas lima puluh tahun, dengan penyakit jantung koroner sebagai etiologi terbanyak, dan sudah menerima terapi sesuai pedoman terapi gagal jantung.
2. Terdapat penurunan tekanan darah sistolik, tekanan darah diastolik, dan denyut nadi istirahat serta peningkatan saturasi oksigen setelah selesai menjalani program latihan aerobik.
3. Terdapat peningkatan kapasitas fungsional pasien setelah menjalani program latihan aerobik.
4. Penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh signifikan program latihan aerobik terhadap peningkatan rerata *handgrip strength* pada pasien gagal jantung dengan fraksi ejeksi menurun.

6.2 Saran

1. *Handgrip strength* dapat dipertimbangkan sebagai parameter tambahan dalam penilaian keberhasilan program rehabilitasi kardiovaskular.
2. Diperlukan penelitian dengan sampel yang lebih besar dan variatif serta desain penelitian yang lebih minim bias seperti *randomized control trial*.