

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan :

1. Hasil penelitian pada karakteristik responden yaitu pada umur sebagian besar adalah 57, 58, 59 tahun masing-masing yaitu 2 responden (11,8%), pada jenis kelamin adalah perempuan yaitu 9 orang (52,9%), pada pendidikan adalah SD/ sederajat yaitu 7 orang (41,18%), pada pekerjaan adalah tidak bekerja yaitu 7 orang (41,18%).
2. Tekanan darah sebelum diberikan terapi rendam kaki dengan air hangat untuk sistole seluruhnya tidak stabil yaitu ≥ 140 mmHg, dan pada diastolnya ada 1 yang stabil yaitu 80 mmHg (5.9%).
3. Tekanan darah sesudah diberikan terapi rendam kaki dengan air hangat untuk sebagian besar mengalami penurunan yaitu stabil (< 140 mmHg), pada sistole ada 15 responden (88.2) dan pada diastole ada 13 responden (76.5%).
4. Berdasarkan hasil uji analisis *Wilcoxon* diperoleh nilai *p value* 0.000 $< \alpha=0.05$ (hasil sistole sebelum intervensi) dan *p value* 0.001 $< \alpha=0.05$ (hasil diastole sesudah intervensi). Dari hasil tersebut diartikan ada pengaruh pemberian terapi rendam kaki air hangat terhadap kestabilan tekanan darah pada responden dengan

hipertensi di Desa Sidomulyo Kecamatan tabang Kabupaten Kutai Kartanegara.

B. Saran

1. Bagi Instansi Pendidikan

Disarankan hasil penelitian dapat diperkenalkan kepada mahasiswa keperawatan mengenai terapi rendam kaki air hangat sebagai salah satu terapi nonfarmakologis untuk menstabilkan tekanan darah pada penderita hipertensi sehingga dapat menambah wawasan dan pengetahuan mahasiswa keperawatan yang lebih luas tentang terapi komplementer dalam penanganan tekanan darah tinggi. Terapi rendam kaki air hangat pada penderita hipertensi juga bisa diintegrasikan ke dalam materi terapi komplementer.

2. Bagi Tenaga Kesehatan dan Unit Pelayanan Kesehatan Puskesmas

Tenaga kesehatan disarankan untuk menjadikan terapi komplementer terapi rendam kaki dengan air hangat sebagai salah satu intervensi keperawatan untuk menurunkan dan menjaga kestabilan tekanan darah di wilayah kerjanya

3. Keluarga Penderita Hipertensi

Keluarga diharapkan dapat memberikan dukungan kepada penderita hipertensi terutama bagi mereka yang lansia dalam hal menyediakan bahan terapi dan mengatur jadwal pelaksanaan serta dilakukan dengan disiplin agar terapi yang dilaksanakan memberikan hasil yang maksimal.

4. Bagi Penderita Hipertensi

Bagi penderita hipertensi, hendaknya dapat menggunakan terapi rendam kaki dengan air hangat ini karena mudah dilakukan secara mandiri dan tidak menimbulkan efek samping yang berbahaya serta tidak memerlukan biaya agar dapat menangani penyakit hipertensi yang dialaminya sehingga tidak terjadi komplikasi penyakit menjadi lebih berat yang dapat menyebabkan stroke bahkan kematian jika tidak terkontrol dan ditangani secara benar.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya disarankan untuk lebih mengontrol dalam pemilihan responden seperti pola makan, berat makan, dan menggunakan studi kasus dengan menggunakan kelompok kontrol dan menyetarakan jumlah jenis kelamin agar hasil penelitian lebih seimbang serta hasil yang diinginkan lebih maksimal