

BAB VI

PENUTUP

VI.1 Kesimpulan

Hipertensi menurut JNC adalah tekanan darah yang melebihi nilai 140/90 mmHg (Bell et al., 2015). Hipertensi merupakan suatu kondisi yang tidak memiliki gejala signifikan dan meningkatnya tekanan darah pada arteri yang dapat menimbulkan risiko terhadap beberapa penyakit seperti stroke, aneurisma, gagal jantung, serangan jantung serta kerusakan ginjal. Tekanan darah tinggi dinilai jika tekanan sistolik berada pada angka 140 mmHg atau lebih, dan tekanan diastolik mencapai 90 mmHg atau lebih (Kemenkes RI, 2016). Slow Stroke Back Massage (SSBM) merupakan salah satu masase pada punggung dengan cara diusap secara perlahan selama 10 sampai 30 menit dengan usapan 12-15 kali permenit dengan kedua tangan menutup area punggung yang dimulai pada bagian tengah punggung bawah dilanjut kearah atas area belahan bahu kanan dan kiri (Salvo 2016 dalam, Istyawati et al., 2020). Menurut *American Massage Therapi Association (AMTA)* menyebutkan bahwa pijat merupakan salah satu terapi yang dapat membantu mengurangi nyeri dan ketegangan otot, meningkatkan fleksibilitas dan rentang gerak serta memperlancar sirkulasi darah (AMTA, 2022).

Terapi pijat memang berpengaruh baik bagi tubuh terutama dalam hal melancarkan sirkulasi darah. Dalam penelitian ini terbukti bahwa terapi pijat khususnya terapi *Slow Stroke Back Massage* dapat membantu menurunkan tekanan darah selama proses dialysis dibuktikan dengan hasil perbedaan tekanan darah pada pasien kelolaan yang diberikan intervensi tambahan dengan pasien resume yang hanya mendapat Tindakan keperawatan dasar. Booklet yang berjudul “Panduan Terapi *Slow Stroke Back Massage* Intradialaisis” ini dibuat sebagai panduan bagi pearawat maupun keluarga pasien dalam memberikan terapi kepada pasien dilengkapi dengan informasi seputar terapi pijat punggung atau disebut *Slow Stroke Back Massage*.

VI.2 Saran

VI.2.1. Bagi Akademisi

Dengan dibuatnya booklet ini, bisa digunakan sebagai tambahan referensi untuk pembelajaran dan disebarluaskan agar booklet ini dapat bermanfaat juga untuk lembaga pendidikan maupun unit Hemodialisa di Rumah Sakit

VI.2.2. Bagi Pengembang Keilmuan

Booklet yang penulis buat ini tentu memiliki kekurangan baik dalam pemberian informasi maupun dalam merangkai design, maka penulis harap bagi pengembang keilmuan selanjutnya agar dapat mengembangkan dari yang sudah penulis buat ini untuk kemajuan Bersama.

VI.2.3. Bagi Tenaga Kesehatan

Tindakan keperawatan nonfarmakologi tidak kalah pentingnya dalam membantu meringankan gejala yang dirasakan pasien. Untuk itu penulis membuat booklet ini dengan tujuan agar dapat diaplikasikan pada pasien yang membutuhkan terapi pijat ini sebagai terapi tambahan.

VI.2.4. Bagi Masyarakat

Booklet ini disusun menggunakan bahasa yang mudah dipahami dan ringkas, sehingga dapat ikut serta mengaplikasikan terapi ini pada keluarga yang sedang menjalani hemodialisa. Selain itu, agar masyarakat dapat bertambah pengetahuannya dengan membaca booklet ini.