

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dari analisa kasus yang telah dilakukan oleh penulis, maka disimpulkan bahwa

- a. Penulis menggunakan terapi komplementer berupa *deep breathing* dan *light massage* di ruang rawat inap RSPAD Gatot Soebroto untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi baik pada pasien kelolaan maupun pasien resume.
- b. Untuk memastikan nilai tekanan darah pasien sebelum intervensi, penulis mempelajari tanda-tanda vital, terutama tekanan darah pasien, sebelum memulai terapi *deep breathing* dan *light massage*. Selain itu, penulis melihat kondisi pasien untuk melihat apakah sudah stabil dan apakah terapi ini dapat diberikan. Pada pasien kelolaan dan pasien resume, terapi diberikan selama tiga hari, berlangsung 10 sampai 15 menit per sesi.
- c. Telah dibuktikan bahwa setelah intervensi, tekanan darah pasien yang dikelola dan pasien resume menurut temuan perbandingan, baik sebelum dan sesudah penerapan terapi *deep breathing dan light massage*, tekanan darah pasien turun.

#### **V.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah penulis susun, berikut adalah saran yang dapat disampaikan penulis diantaranya :

- a. Bagi Ilmu Keperawatan

Dalam rangka mengembangkan terapi komplementer atau nonfarmakologi untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi, maka temuan karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam bidang ilmu keperawatan. Para ilmuwan juga menunjukkan bahwa dalam penelitian selanjutnya, terapi ini dapat digunakan dan

ditingkatkan agar lebih efisien dalam menurunkan tekanan darah atau masalah kesehatan lainnya.

b. Bagi Pelayanan Kesehatan

Studi ini dapat berfungsi sebagai sumber daya bagi penyedia atau layanan kesehatan lain yang bertujuan untuk membantu pasien hipertensi menurunkan tekanan darahnya. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber penyuluhan kesehatan masyarakat tentang penurunan tekanan darah.

c. Bagi Masyarakat

Masyarakat dapat memanfaatkan penelitian ini sebagai sumber pengetahuan untuk mengetahui lebih jauh tentang hipertensi, termasuk penyebab, gejala, indikator, dan pencegahannya tanpa pengobatan di rumah.