

## **BAB V**

### **PENUTUP**

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

Berdasarkan hasil analisa kasus penelitian yang telah diuraikan, maka kesimpulan yang dapat diambil diantaranya sebagai berikut.

Penulis telah menerapkan *evidence based nursing* kombinasi terapi komplementer nostril breathing dan penggunaan aromaterapi lavender untuk menurunkan tekanan darah dan skala nyeri pada dua subjek penelitian yang menderita hipertensi di RSPAD Gatot Soebroto. Kedua pasien diberikan intervensi dengan tahapan yang sama.

Kedua terapi secara bergantian dimulai dengan nostril breathing yang kemudian dilanjutkan pemberian aromaterapi lavender. Sebelum dilakukan pemberian terapi, penulis melakukan pengukuran tanda-tanda vital pasien khususnya tekanan darah pasien. Setelah dilakukan pemberian terapi, dilakukan kembali pengukuran tanda-tanda vital untuk melihat efektivitas dari terapi yang telah diberikan. Kedua pasien sama-sama diberikan terapi sebanyak satu kali perhari dalam kurun waktu 3 hari.

Setelah diberikan intervensi terapi inovasi nostril breathing dan penggunaan aromaterapi lavender dalam kurun waktu tiga hari berturut-turut terdapat penurunan tekanan darah pada kedua pasien yang diberikan intervensi.

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

##### **V.2.1. Bagi Institusi Pendidikan**

Diharapkan luaran booklet yang berjudul “Panduan Nostril Breathing dan Penggunaan Aromaterapi Lavender Pada Penderita Hipertensi” dapat berguna sebagai tambahan media pembelajaran oleh institusi pendidikan, termasuk dosen dan mahasiswa mahasiswa dalam melakukan pendidikan kesehatan di komunitas.

### **V.2.2. Bagi Perawat**

Pada tenaga kesehatan khususnya perawat diharapkan dapat melakukan terapi nostril breathing dan penggunaan aromaterapi lavender sebagai pilihan terapi non farmakologis yang digunakan untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada pasien dengan hipertensi dan booklet dapat bermanfaat sebagai panduan tenaga kesehatan khususnya perawat dalam memberikan intervensi.

### **V.2.3. Bagi Masyarakat**

Diharapkan luaran booklet yang ada dapat digunakan sebagai panduan informasi mengenai cara mengontrol tekanan darah pada penderita hipertensi dengan secara non farmakologis. Selain itu, diharapkan keluarga dapat membantu dan memberikan dukungan pada penderita hipertensi untuk melakukan terapi farmakologis pada panduan booklet guna membantu mengontrol tekanan darah