

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil implementasi asuhan keperawatan yang komprehensif, dimulai dari tahap pengkajian hingga evaluasi luaran, dapat ditarik kesimpulan bahwa:

- a. Pada keluarga Ibu A teridentifikasi dua diagnosa utama, yaitu Pemeliharaan Kesehatan Tidak Efektif dan Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif. Sementara itu, pada keluarga Tn. S, khususnya Ibu E sebagai penanggung jawab kesehatan keluarga, ditegaskan diagnosa Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif serta Pemeliharaan Kesehatan Tidak Efektif.
- b. Berdasarkan pelaksanaan asuhan keperawatan, Ibu A dan Ibu E mendapat intervensi komplementer yang sama berupa *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) dengan aromaterapi lavender sebanyak tiga kali dalam seminggu. Intervensi ini terbukti efektif menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada kedua klien setelah setiap sesi, sehingga menunjukkan bahwa modalitas non-farmakologis tersebut bermanfaat dalam manajemen hipertensi akut.
- c. Berdasarkan penelitian ini, intervensi berupa kombinasi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) dan aromaterapi lavender yang diberikan tiga kali dalam seminggu menunjukkan efektivitas akut yang signifikan dalam menurunkan tekanan darah pada kedua klien. Pada Ibu A, rata-rata tekanan darah sistolik turun dari 161 mmHg menjadi 142 mmHg, sedangkan diastolik turun dari 82,33 mmHg menjadi 79,67 mmHg. Sementara itu, pada Ibu E rata-rata sistolik menurun dari 175,33 mmHg menjadi 157 mmHg, dan diastolik turun dari 88 mmHg menjadi 85 mmHg. Penurunan ini sejalan dengan temuan per sesi yang menunjukkan penurunan sistolik terbesar mencapai 22 mmHg pada Ibu A dan 20 mmHg pada Ibu E, serta penurunan diastolik yang mencapai 6 mmHg pada Ibu A dan 10 mmHg pada Ibu E pada akhir intervensi. Hasil ini menguatkan bahwa intervensi berulang mampu memicu respons relaksasi, menurunkan aktivitas simpatis, dan menstabilkan resistensi perifer. Meskipun

demikian, efektivitas terapi ini tetap dapat dipengaruhi oleh faktor tambahan seperti aktivitas fisik dan dukungan pengobatan yang diterima klien.

V.2 Saran

a. Bagi Lansia Hipertensi

Penatalaksanaan hipertensi pada lansia direkomendasikan untuk mengintegrasikan intervensi non-farmakologis ke dalam rutinitas harian. Terapi komplementer, seperti *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) dan Aromaterapi Lavender, dapat diterapkan secara efektif dengan frekuensi tiga kali seminggu, dengan durasi 10-15 menit per sesi, sebagai upaya untuk membantu menurunkan tekanan darah. Selain intervensi fisik ini, keberhasilan penatalaksanaan sangat bergantung pada modifikasi gaya hidup dan kepatuhan diet. Lansia disarankan untuk memelihara pola makan rendah garam yang sesuai dengan pedoman diet hipertensi. Mengenai terapi herbal, meskipun dapat memberikan dukungan terapeutik, penggunaannya wajib dikonsultasikan terlebih dahulu dengan tenaga kesehatan untuk menjamin keamanan dan mencegah interaksi negatif dengan obat antihipertensi konvensional. Kombinasi yang optimal antara terapi fisik terstruktur (SSBM), gaya hidup sehat (pola makan rendah garam), dan dukungan terapi herbal yang teruji dan terawasi akan memberikan manfaat yang maksimal dalam proses pengendalian tekanan darah pada populasi lansia.

b. Bagi Keluarga dengan Anggota Keluarga Hipertensi

Keberhasilan penatalaksanaan hipertensi pada lansia sangat bergantung pada keterlibatan aktif keluarga dalam mengimplementasikan terapi komplementer. Keterlibatan ini, yang harus diintegrasikan langsung ke dalam pelaksanaan *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) dan Aromaterapi Lavender, merupakan faktor esensial dalam mencapai luaran terapi yang optimal. Dukungan keluarga bersifat multidimensi, mencakup dukungan instrumental (seperti pengawasan jadwal terapi secara rutin, misalnya tiga kali seminggu, dan penyiapan bahan esensial), serta dukungan informasional yang menjamin klien berada dalam posisi yang tepat dan teknik SSBM dilakukan secara benar. Selain aspek teknis, dukungan psikososial (pemberian motivasi dan apresiasi) sangat krusial untuk meningkatkan kepatuhan

dan kenyamanan klien. Terakhir, peran keluarga juga mencakup fungsi pemantauan yang kritis, yaitu mencatat perubahan tekanan darah dan memfasilitasi konsultasi dengan tenaga kesehatan jika diperlukan. Kehadiran dan dukungan emosional yang konsisten dari keluarga terbukti menjadi faktor determinan dalam meningkatkan keberhasilan terapi SSBM dan Aromaterapi Lavender di lingkungan rumah.

c. Bagi Pelayanan Kesehatan

1) Puskesmas

Puskesmas, sebagai unit pelayanan kesehatan primer, disarankan untuk mengadopsi intervensi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) dan Aromaterapi Lavender sebagai program promotif dan preventif di komunitas, misalnya melalui kegiatan Posbindu atau Posyandu Lansia. Program ini ditujukan secara spesifik pada lansia penderita hipertensi untuk memfasilitasi penurunan tekanan darah, meningkatkan relaksasi, dan mendukung manajemen stres sebagai bagian integral dari penatalaksanaan non-farmakologis yang optimal.

2) Perawat

Perawat, khususnya dalam konteks keperawatan komunitas, memegang peran esensial dalam menerapkan *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) dan Aromaterapi Lavender sebagai intervensi non-farmakologis untuk penatalaksanaan hipertensi pada lansia. Keberhasilan pelaksanaan intervensi ini memerlukan kompetensi perawat dalam menggunakan teknik komunikasi terapeutik yang empatik dan jelas, serta membangun kepercayaan klien dan keluarga melalui pendekatan Bina Hubungan Saluran Personal (BHSP). Melalui komunikasi yang tepat dan pengkajian yang sistematis, perawat dapat secara efektif memastikan klien dan keluarga memahami prosedur, meningkatkan motivasi, dan pada akhirnya, mengoptimalkan efektivitas terapi komplementer ini dalam konteks perawatan kesehatan keluarga.

d. Bagi Ilmu Keperawatan

Penerapan intervensi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) dan Aromaterapi Lavender pada kasus lansia dengan hipertensi telah menghasilkan luaran yang

efektif sesuai prinsip *Evidence-Based Nursing* (EBN). Keberhasilan ini layak dijadikan sebagai intervensi tambahan untuk memperkaya pengetahuan dan keterampilan praktik keperawatan, khususnya dalam bidang gerontologi dan perawatan komplementer. Oleh karena itu, SSBM dan Aromaterapi Lavender dapat direkomendasikan dan diintegrasikan sebagai alternatif intervensi non-farmakologis dalam perencanaan asuhan keperawatan untuk manajemen tekanan darah tinggi.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil yang diperoleh dari intervensi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) dan Aromaterapi Lavender menjadi pijakan krusial bagi penelitian keperawatan selanjutnya. Disarankan agar penelitian di masa depan memperluas variabel yang diuji untuk mengoptimalkan efektivitas terapi, meliputi analisis mendalam terhadap durasi dan frekuensi sesi terapi, pengaruh usia lansia serta tingkat keparahan hipertensi klien. Selain itu, perlu dikaji secara kuantitatif dampak dari tingkat kepatuhan klien dan bentuk dukungan keluarga yang terstruktur. Pengintegrasian variabel-variabel ini diharapkan dapat menghasilkan model intervensi yang teruji dan terpadu untuk mencapai penurunan tekanan darah yang maksimal dan berkelanjutan serta perbaikan manajemen kesehatan pada populasi lansia.