

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

5.1.1 Karakteristik responden

Berdasarkan karakteristik responden penderita hipertensi pada penerapan teknik pijat refleksi kaki adalah perempuan yang berusia 86 dan 63 tahun dan laki-laki berusia 52 tahun.

5.1.2 Tekanan darah sebelum diberikan teknik pijat refleksi kaki. Pada Ny R 199/99 mmHg, Bp S 160/90 mmHg dan Ny P 161/98 mmHg

5.1.3 Tekanan darah setelah diberikan teknik pijat refleksi kaki

Pada hari pertama Ny R tekanan darah turun 188/94 mmHg (penurunan 11/5). Hari kedua menjadi 155/95 mmHg (penurunan 5/1), serta hari ketiga 150/79 mmHg (penurunan 20/11). Pada hari pertama Bp S tekanan darah turun 145/86 mmHg (penurunan 15/4), hari kedua menjadi 141/98mmHg (penurunan 6/4), serta hari ketiga 146/74mmHg (penurunan 1/8). Pada hari pertama Ny P tekanan darah turun 162/78 mmHg (penurunan 7/11), hari kedua menjadi 146/92 mmHg (penurunan 15/13) , dan pada hari ketiga turun menjadi 135/72 mmHg (penurunan 18/11).

5.1.4 Perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan teknik pijat refleksi kaki

Penerapan teknik pijat refleksi kaki yang selama 3 hari yang dilakukan 3 kali pertemuan, selama 30 menit dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Penurunan tekanan darah pada Ny R adalah 49/20 mmHg, Bp S adalah 4/13 mmHg, dan pada Ny P adalah 34/17 mmHg.

Pijatan pada kaki akan merangsang energi untuk keluar, hal ini membuat aliran darah dan energi dalam tubuh menjadi lebih lancar sehingga membuat hipertensi beserta komplikasinya dapat dicegah.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi perawat

Dengan adanya hasil study kasus ini diharapkan perawat dapat menerapkan teknik non farmakologis teknik pijat refleksi kaki pada penderita hipertensi.

5.2.2 Bagi pasien

Pasien dapat melibatkan keluarga untuk melakukan mandiri teknik non farmakologis teknik pijat refleksi kaki pada penderita hipertensi sebagai terapi komplementer.

5.2.3 Bagi institusi Pendidikan

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat digunakan untuk memperbanyak referensi yang berkaitan dengan asuhan keperawatan dengan masalah keperawatan sehingga hasil penulisan ini dapat dijadikan bahan masukan bagi proses penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifah, C., Sani, F., Lestari, D., Palupi, M., Kartiko, E., & Program, U. (2024). Pengaruh terapi pijat refleksi kaki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. *Jurnal Global Health Science Group*, 6(2), 449–456.
<http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- Aulia, A. N., Inayati, A., & Immawati. (2023). Penerapan Terapi Musik Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Cendikia Muda*.
- Awaliah, M., & Mochartini, T. (2022). Efektivitas Foot Massage dan Tehnik Benson terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di RS Bhayangkara Lemdiklat Polri. *Malahayati Nursing Journal*, 4(10), 2664–2686. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i10.7071>
- Fatikasari, D., Natsir, E. D., & Noorratri, E. (2024). Fatikasari dkk. *Indonesian Journal of Public Helath*, 2(3), 468–480.
<https://jurnal.academiacenter.org/index.php/IJOH>
- Hakiki, Z. , B., & Rakhmawati, A. (2023). Pengaruh terapi pijat kaki terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi primer di wilayah kerja puskesmas cigemblong The Effect of Foot Massage Therapy on Lowering Blood Pressure in Primary Hypertension Patients in The Working Area of Cigemblong Health Center. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 9(3), 106–116.
- Hastuti, Apriliyani Puji. (2019). *Hipertensi*. Klaten: Penerbit Lakeisha. Retrieved from
<https://www.google.co.id/books/edition/HIPERTENSI/TbYgEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=hipertensi&printsec=frontcover>
- Hengky, A. (2023). Single Pill Combination sebagai Lini Pertama Terapi Hipertensi dan Proteksi Kardiovaskular. *CDK*, 50(2), 108–112
- Kemendes RI. (2019). Hari hipertensi dunia 2019 kendalikan tekanan darahmu dengan cerdas. <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/pusat-/hari-hipertensi-dunia-2019-know-your-number-kendalikan-tekanan-darahmu-dengan-cerdik>
- Kurnia, Anih. (2020). *Self-Management Hipertensi*. Surabaya: CV Jakad Media Publishing. Retrieved from
https://www.google.co.id/books/edition/SELF_MANAGEMENT_HIPERTE/NSI/a18XEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=Self-Management+Hipertensi&printsec=frontcover

- Lukman, Putra, S., Habiburrahma, E., Wicaturatmashudi, S., Sulistini, R., & Agustin, I. (2020). Pijat refleksi berpengaruh terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di klinik atgf 8 palembang. *Jurnal Bahana Kesehatan Masyarakat (Bahana of Journal Public Health)*, 4(1), 5–9.
<https://doi.org/10.35910/jbkm.v4i1.238>
- Notoatmodjo. (2012). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Patria, A., & Haryani, R. P. (2019). PENGARUH MASASE KAKI Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi. *Kesehatan Panca Bhakti Lampung*, VII(1), 48– 56.
- Ramayanti, E., & Nurma, A. (2022). Pengaruh terapi refleksi pijat kaki terhadap tingkat hipertensi pada lansia. *Jurnal Medika Karya Ilmiah Kesehatan*, 7(2), 2541–4615.
- Refangga, M., Putri, D., & Makahghi, Y. (2024). Pengaruh Terapi Pijat Kaki Terhadap Hasil Mean Arterial Pressure (MAP) Penderita Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kalijati. *Jurnal Ventilator*, 2(3), 203–211. <https://doi.org/10.59680/ventilator.v2i3.1327>
- Rismayanti, E. (2021). *Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia*.
- Rosa Amelia., I. (2020a). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Kelurahan Tapos Depok. *JKSP*, 3(1). <http://ojs.ukmc.ac.id/index.php/JOH>.
- Tsao, C. W., Aday, A. W., Almarzooq, Z. I., Anderson, C. A. M., Arora, P., Avery, C. L., Baker-Smith, C. M., Beaton, A. Z., Boehme, A. K., Buxton, A. E., Commodore-Mensah, Y., Elkind, M. S. V., Evenson, K. R., Eze-Nliam, C., Fugar, S., Generoso, G., Heard, D. G., Hiremath, S., Ho, J. E., ... Martin, S. S. (2023). Heart Disease and Stroke Statistics-2023 Update: A Report From the American Heart Association. *Circulation*, 147(8), e93–e621. <https://doi.org/10.1161/CIR.0000000000001123>
- Yulianti, Y., Tresnawan, T., Asmarawanti, A., Susilawati, S., & Mustaqimah, Y. K. (2023). Foot Massage terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(2), 3348–3356.
<https://doi.org/10.31539/joting.v5i2.7596>
- Yunding, J., Megawaty, I., & Aulia, A. (2021). Efektivitas senam lansia terhadap penurunan tekanan darah: Literature Review. *Borneo Nurisng Journal*, 1, 23.
<https://akperyarsismd.e-journal.id/BNJ>