

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa:

- 5.1.1. Karakteristik responden penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Piyungan terutama pada Dusun Kaligatuk sebagian besar adalah berusia >60 tahun, berjenis kelamin perempuan, memiliki riwayat hipertensi, bekerja, dan tidak memiliki kebiasaan merokok.
- 5.1.2. Terdapat perbedaan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik yang signifikan pada pengukuran pertama (*pre*) dan kedua (*post*) responden kelompok intervensi yang menunjukkan bahwa terapi genggam jari dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di Dusun Kaligatuk Piyungan.
- 5.1.3. Tidak terdapat perbedaan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik yang signifikan pada pengukuran pertama (*pre*) dan kedua (*post*) responden kelompok kontrol yang menunjukkan bahwa tidak ada perubahan tekanan darah yang bermakna tanpa intervensi genggam jari pada responden kelompok kontrol di Dusun Kaligatuk.
- 5.1.4. Terdapat perbedaan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok kontrol dan intervensi penderita hipertensi sesudah diberikan terapi genggam jari di wilayah kerja Puskesmas Piyungan, artinya terapi genggam jari berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Dusun Kaligatuk.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

- 5.2.1 Bagi peneliti selanjutnya
 - 5.2.1.1 Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengkaji karakteristik responden seperti perilaku mengkonsumsi alkohol, pola makan, kondisi obesitas, dan stressor responden.

- 5.2.1.2 Diharapkan dapat melakukan pengendalian gaya hidup yang dapat mempengaruhi tekanan darah seperti konsumsi garam, aktivitas fisik, rokok, dan stressor.
- 5.2.1.3 Diharapkan dapat menyediakan protokol terapi genggam jari dalam bahasa daerah yang sederhana dan mudah dipahami responden yang hanya dapat berbahasa daerah.
- 5.2.1.4 Diharapkan pengukuran tekanan darah dilakukan pada pagi hari sebelum responden melakukan aktivitas dan memberikan waktu istirahat yang cukup sebelum pengukuran tekanan darah dilakukan.
- 5.2.1.5 Diharapkan pemberian terapi genggam jari dapat dilakukan dalam kelompok yang lebih kecil (1-3 orang) sehingga pendampingan dapat dilakukan lebih maksimal.
- 5.2.1.6 Diharapkan pemberian terapi genggam jari dapat dilakukan pada waktu pagi hari sebelum melakukan aktivitas fisik sehingga pengukuran tekanan darah tidak bias oleh faktor lainnya.
- 5.2.2 Bagi Puskesmas Piyungan
Puskesmas Piyungan diharapkan dapat menjadikan terapi genggam jari sebagai terapi komplementer dalam program pengelolaan hipertensi yang dilakukan di wilayah kerjanya.
- 5.2.3 Bagi Kader Dusun Kaligatuk
Hasil penelitian ini, bagi Kader Dusun Kaligatuk dapat melakukan edukasi dan membimbing warga khususnya penderita hipertensi untuk melakukan terapi genggam jari secara rutin.