

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa:

- 5.1.1 Sebagian besar responden berusia lebih dari 60 tahun atau dikategorikan sebagai lansia, mayoritas berjenis kelamin perempuan dan kurang dari setengahnya memiliki riwayat hipertensi dan kurang dari setengahnya sudah rutin melakukan pengobatan.
- 5.1.2 Terdapat perbedaan rerata tekanan darah yang signifikan pada responden kelompok intervensi sebelum dan sesudah diberikan terapi rendam kaki air jahe, dimana tekanan darah mengalami penurunan sesudah diberikan terapi rendam kaki air jahe pada responden kelompok intervensi di Dusun Gerpule Kabupaten Kulon Progo.
- 5.1.3 Tidak terdapat perbedaan rerata tekanan darah yang signifikan pada kelompok kontrol pengukuran pertama (pre) dan kedua (post), dimana tekanan darah tidak mengalami penurunan pada hari pertama dan ketiga pada responden kelompok kontrol di Dusun Tosari Kabupaten Kulon Progo.
- 5.1.4 Terdapat perbedaan rerata tekanan darah pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi pengukuran kedua (post) di Dusun Gerpule dan Tosari yang artinya terapi rendam kaki air jahe berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Dusun Gerpule dan Tosari.

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 dapat menambahkan dan mengkaji karakteristik responden seperti lamanya menderita hipertensi, perilaku mengkonsumsi alkohol, konsumsi makanan, kebiasaan merokok, kondisi obesitas, stress dan juga kecukupan istirahat responden.

- 5.2.1.2 Peneliti selanjutnya dapat menambah jumlah sampel lebih besar sehingga sampel lebih representative dan hasilnya dapat digeneralisasikan.
- 5.2.1.3 Peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan waktu paruh minum obat pada saat melakukan pengukuran tekanan darah.
- 5.2.2 Bagi Puskesmas Kalibawang
Pihak Puskesmas Kalibawang dapat memberikan edukasi mengenai terapi rendam kaki air jahe kepada pasien hipertensi di puskesmas sehingga kebermanfaatan dari terapi ini bisa dirasakan lebih luas.
- 5.2.3 Bagi Kader Dusun Gerpule dan Tosari
Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh kader sebagai terapi komplementer untuk membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.