

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Tindakan *foot massage* mempunyai pengaruh pada risiko penurunan curah jantung pasien, hal ini ditunjukkan dalam simpulan sebagai berikut:

- 5.1.1 Foot massage memberikan respons positif terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi. Penurunan tekanan darah pada pasien 2 lebih konsisten karena pasien menjalani bedrest dan seluruh kebutuhan ADL dibantu penuh. Efek relaksasi ini terlihat setelah penerapan foot massage selama 3 hari berturut-turut, setiap pagi sebelum pemberian terapi antihipertensi, dengan durasi 15 menit per sesi. Sedangkan, pasien yang dapat melakukan ADL secara mandiri menunjukkan penurunan tekanan darah yang lebih bervariasi.
- 5.1.2 *Foot massage* dapat dijadikan sebagai terapi komplomenter dalam manajemen hipertensi, namun perlu dikombinasikan dengan kepatuhan terhadap terapi farmakologis untuk menjaga kestabilan tekanan darah.
- 5.1.3 Efektivitas foot massage dalam menurunkan tekanan darah dapat dipengaruhi oleh faktor individu seperti usia, penyakit penyerta seperti diabetes, stroke, gagal jantung, dan gaya hidup kebiasaan merokok serta konsumsi garam berlebihan.

5.2 SARAN

5.2.1 Bagi penulis selanjutnya

Menambah jumlah pasien dan kelompok kontrol untuk mengetahui pengaruh yang signifikan pada penerapan foot massage.

5.2.2 Bagi Rumah Sakit

Foot massage dapat digunakan sebagai salah satu intervensi keperawatan komplementer dan SOP dalam asuhan pasien hipertensi untuk membantu mengontrol tekanan darah dan meningkatkan kenyamanan pasien.