

## **BAB 5**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

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

- 5.1.1 Karakteristik responden dalam penelitian ini yaitu usia responden hampir seluruhnya kategori lanjut usia (*elderly*) dengan rentang usia 60-74 tahun, jenis kelamin responden sebagian besar berjenis kelamin perempuan (73.3%), tingkat pendidikan responden pada penelitian ini sebagian besar tidak sekolah (53.3%), lama menderita hipertensi responden pada penelitian ini sebagian besar 5 tahun (53.3%), dan keteraturan minum obat responden pada penelitian ini seluruhnya patuh (100.0%).
- 5.1.2 Terdapat penurunan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik yang signifikan pada responden kelompok intervensi di Padukuhan Pulesari dan Sidosari.
- 5.1.3 Terdapat peningkatan rerata tekanan darah sistolik dan penurunan rerata tekanan darah diastolik pada kelompok kontrol di Padukuhan Arjosari dan Daadapan.
- 5.1.4 Terdapat penurunan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik yang signifikan pada responden kelompok intervensi dan kontrol. Terapi rendam kaki air hangat dengan jahe merah berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia hipertensi di Padukuhan Arjosari, Dadapan, Pulesari dan Sidosari.

#### **5.2 Saran**

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

##### **5.2.1 Bagi peneliti selanjutnya**

Peneliti selanjutnya dapat menambahkan dan mengkaji data karakteristik responden meliputi pola makan, pola stres, perilaku merokok, konsumsi kafein, konsumsi alkohol, jenis obat antihipertensi, dan waktu minum obat.

### 5.2.2 Bagi Puskesmas Turi

5.2.2.1 Pihak puskesmas khususnya bidang Penyakit Tidak Menular dapat memberikan edukasi mengenai manfaat terapi rendam kaki air jahe merah kepada pasien hipertensi di puskesmas sehingga kebermanfaatan terapi rendam kaki air hangat dengan jahe merah dapat dirasakan lebih luas.

5.2.2.2 Pihak puskesmas juga dapat mempertimbangkan untuk mengembangkan terapi komplementer khususnya terapi rendam kaki air hangat dengan jahe merah untuk upaya pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi.

### 5.2.3 Bagi Kader Padukuhan Arjosari, Dadapan, Pulesari dan Sidosari

Hasil penelitian dapat dimanfaatkan oleh kader dalam memberikan edukasi kesehatan terkait terapi komplementer untuk mengendalikan tekanan darah pada lansia hipertensi.