

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh terapi akupresur terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Dusun Papringan, Caturtunggal, Depok, Sleman, dapat disimpulkan sebagai berikut:

- 5.1.1 Karakteristik responden berdasarkan usia pada kedua kelompok relatif homogen dan tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Responden didominasi oleh perempuan dan sebagian besar memiliki pendidikan terakhir Sekolah Dasar (SD).
- 5.1.2 Terdapat penurunan tekanan darah sistolik yang signifikan pada kelompok intervensi pada hari pertama, hari kedua, dan hari ketiga setelah diberikan terapi akupresur.
- 5.1.3 Terdapat penurunan tekanan darah diastolik yang signifikan pada kelompok intervensi pada hari kedua dan hari ketiga setelah diberikan terapi akupresur.
- 5.1.4 Terdapat perbedaan tekanan darah diastolik yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada hari ketiga, sedangkan tekanan darah sistolik tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok.

5.2 Saran

5.2.1 Akademis

5.2.1.1 Bagi STIKes Panti Rapih Yogyakarta

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi ilmiah bagi mahasiswa, dosen, dan peneliti di bidang keperawatan, khususnya terkait intervensi non-farmakologis dalam penatalaksanaan hipertensi. STIKes Panti Rapih dapat mengintegrasikan materi terapi komplementer seperti akupresur ke dalam kurikulum, terutama pada mata kuliah keperawatan medikal-bedah, keperawatan komunitas, dan keperawatan gerontik.

5.2.1.2 Bagi Penelitian lanjutan

Penelitian selanjutnya dapat mengembangkan studi dengan durasi intervensi lebih panjang (misalnya 2–4 minggu) dan sampel lebih besar untuk melihat efek akupresur yang lebih stabil. Selain itu, disarankan untuk meneliti faktor-faktor yang belum dianalisis dalam penelitian ini, seperti kepatuhan mengonsumsi obat antihipertensi, tingkat stres dan kualitas tidur, aktivitas fisik dan pola makan (konsumsi garam, lemak), serta dukungan keluarga dalam pengelolaan hipertensi.

5.2.2 Praktis

5.2.2.1 Bagi Puskesmas

Bagi Puskesmas, khususnya Puskesmas Depok III, disarankan untuk menyelenggarakan pelatihan terapi akupresur bagi perawat agar memiliki kompetensi dalam melakukan intervensi non-farmakologis ini. Perawat dapat mengintegrasikan terapi akupresur pada titik HT7, LR3, dan KI3 sebagai salah satu bentuk tindakan komplementer mandiri dalam penatalaksanaan pasien hipertensi.

5.2.2.2 Bagi Perawat

Bagi perawat diharapkan dapat menerapkan teknik terapi akupresur ini dalam asuhan keperawatan dan melatih kader kesehatan di Posbindu PTM maupun Posyandu Lansia Dusun Papringan. Pelatihan bagi kader bertujuan agar kader dapat mendemonstrasikan teknik akupresur secara benar kepada pasien dan keluarga, sehingga terapi dapat dilakukan secara mandiri di rumah sebagai pendamping pengobatan medis. Pasien tetap diimbau untuk terus menjaga pola hidup sehat dan mematuhi instruksi pengobatan medis utama dari fasilitas pelayanan kesehatan.

