

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

1. Subjek penelitian ini lansia dengan diagnosa medis hipertensi, keluhan sakit kepala tengkuk bagian belakang dengan hasil pemeriksaan tekanan darah 170/100 mmHg dan skala nyeri 6.
2. Terapi implementasi adalah rendam kaki air hangat yang diawali dengan pemberian edukasi mengenai hipertensi. Terapi ini dilakukan dalam tiga kali kunjungan.
3. Hasil menunjukkan adanya penurunan tekanan darah pada subjek penelitian. Kesejahteraan fisik dan psikologis subjek penelitian meningkat, perawatan sesuai kebutuhan menjadi lebih optimal, tekanan darah pada awal pengkajian 170/100 mmHg turun menjadi 120/80 mmHg, skala nyeri dari 6 turun menjadi 1, tingkat gelisah menurun, meringis menurun.
4. Rendam kaki air hangat terbukti efektif dalam menurunkan tekanan darah serta mengurangi skala nyeri.

B. Saran

1. Mahasiswa
Disarankan peneliti berikutnya mengukur suhu air menggunakan termometer air dan menutup kaki dengan handuk untuk mengurangi ketidakstabilan suhu air terjadi evaporasi.
2. Puskesmas Kotabumi II
Puskesmas diharapkan dapat mensosialisasikan informasi mengenai hipertensi melalui kegiatan penyuluhan, yang disertai dengan terapi rendam kaki air hangat sebagai alternatif non-farmakologi untuk membantu menurunkan tekanan darah.

3. Pasien dan keluarga

Pasien dan keluarga disarankan untuk terus menjalankan terapi rendam kaki air hangat secara mandiri dan rutin sebagai alternatif non-farmakologi.