

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Kombinasi terapi rendam kaki air hangat dan relaksasi nafas dalam efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Penumping Surakarta.

B. Saran

1. Keilmuan atau teori :

Diharapkan hasil ini dapat menambah ilmu terutama dalam kesehatan masyarakat yang berhubungan dengan penyakit hipertensi dan memperkuat atau memperbarui teori yang ada tentang penyakit hipertensi.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan bacaan dan menambah wawasan bagi mahasiswa kesehatan khususnya mahasiswa ilmu keperawatan dalam hal pemahaman perkembangan dan upaya pencegahan yang berhubungan dengan hipertensi.

3. Bagi Masyarakat

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah informasi tentang penyakit hipertensi sehingga lebih mengenal penyakit tersebut lebih awal dan bisa mewujudkan kesehatan masyarakat khususnya di wilayah kerja Puskesmas Penumping Surakarta.

4. Bagi Peneliti

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah pengalaman dalam hal mengadakan riset sehingga akan terpacu untuk meningkatkan potensi diri sehubungan dengan penanganan tekanan darah tinggi. Mengembangkan terapi non farmakologis yang bisa efektif menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.