

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian hasil dan pembahasan diatas, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Responden pertama yaitu Ny. P dengan usia 90 tahun dan berjenis kelamin perempuan, ia memiliki tingkat pendidikan terakhir Sekolah Dasar (SD) dan telah menderita hipertensi selama kurang lebih 5 tahun. Ny. P rutin mengonsumsi obat antihipertensi sesuai anjuran dokter. Responden kedua yaitu Ny. K dengan usia 88 tahun dan berjenis kelamin perempuan. Ia memiliki tingkat pendidikan terakhir Sekolah Dasar (SD) dan diketahui telah menderita hipertensi selama kurang lebih 5 tahun. Ny. K rutin mengonsumsi obat antihipertensi sesuai anjuran dokter. Pada saat pengkajian, kedua responden mengaku tidak mengetahui tentang penyakit hipertensi pada riwayat kesehatan keluarganya.
2. Hasil pengukuran tekanan darah kedua responden pada hari pertama sebelum diberikan intervensi terapi *swedish massage* berada pada kategori hipertensi tingkat 1 menurut klasifikasi WHO. Pada responden 1 (Ny. P) menunjukkan hasil tekanan darah di angka 145/78 mmHg (hipertensi tingkat 1). Pada responden 2 (Ny. K) didapatkan hasil tekanan darah di angka 142/74 mmHg (hipertensi tingkat 1).
3. Hasil pengukuran tekanan darah pada hari ke-6 setelah diberikan terapi *swedish massage* pada responden 1 (Ny. P) berada di angka 129/69 mmHg (normal). Sedangkan pada responden 2 (Ny. K) menunjukkan tekanan darah 121/60 mmHg (normal).
4. Pemberian terapi *swedish massage* selama tiga kali dalam satu minggu dengan durasi 20-30 menit per sesi terbukti efektif menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi tingkat 1. Pada responden 1 terjadi penurunan tekanan darah sistolik (TDS) 16 mmHg dan tekanan darah diastolik (TDD) 9 mmHg. Sedangkan pada responden 2 terjadi penurunan

tekanan darah sistolik (TDS) 21 mmHg dan tekanan darah diastolik (TDD) 14 mmHg. Selain itu, terapi ini juga memberikan manfaat tambahan berupa pengurangan keluhan fisik seperti pusing, pegal-pegal, rasa gelisah, serta meningkatkan rasa relaksasi. Hasil ini menunjukkan bahwa *swedish massage* dapat dijadikan alternatif terapi non-farmakologis yang efektif dalam penatalaksanaan hipertensi pada lansia.

B. Saran

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan bermanfaat sebagai sumber bacaan atau referensi untuk meningkatkan dan menambah informasi terkini tentang penerapan terapi *swedish massage* sebagai upaya penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

2. Manfaat praktis

a. Bagi pasien

Untuk menambah informasi dan pengetahuan dalam penerapan terapi *swedish massage* sebagai upaya penurunan tekanan darah, khususnya pada pasien lansia dengan hipertensi.

b. Bagi institusi pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi kepustakaan tentang penerapan terapi *swedish massage* sebagai upaya dalam menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

c. Bagi pelayanan kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat membantu untuk meningkatkan kualitas perawatan bagi pasien lansia dengan hipertensi.

d. Bagi perawat

Untuk mengembangkan ilmu pengetahuan terutama dalam memberikan intervensi keperawatan mandiri serta mengembangkan keterampilan perawat dalam tindakan penerapan terapi *swedish massage* terhadap penurunan tekanan darah.

e. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan hasil ini sebagai referensi untuk melanjutkan penelitian dengan metode yang berbeda dari variable yang terkait penerapan terapi *swedish massage* sebagai upaya penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Mukhyi, M. (2023). *Metodologi Penelitian Panduan Praktis Penelitian Yang Efektif (1)*.
- Arianty, D., Yunita, L., & Hidayah, N. (2023). Terapi Komplementer The Effect Of Swedish Massage Complementary Therapy On Lowering Blood Pressure In Pregnant Women. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, 5(2), 204–209. <https://doi.org/10.35451/jkk.v5i2.1605>
- Boutivar, S. O. (2022). *Asuhan Keperawatan Pemenuhan Kebutuhan Istirahat Tidur Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Panti Sosial Tresna Werdha Kota Bengkulu (Vol. 9)*.
- Chintya, Y. dkk. (2023). *Teori Dan Praktik Keperawatan Medikal Bedah*.
- Cornelia, T. U., Noorrawati, E. D., & Sutarto, A. (2023). Swedish Massage Menurunkan Tekanan Darah Lansia Hipertensi Di Bangsal Anggrek 2 RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri. *Jurnal Imliah Ilmu Kesehatan*, 1(3), 158–164. <https://mail.jptam.org/index.php/jptam/article/view/5371>
- Firdausi, N. I. (2020a). Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Klien Ny. A Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Di UPTD Puskesmas 1 Denpasar Selatan. *Kaos GL Dergisi*, 8(75), 147–154. <https://doi.org/10.1016/j.jnc.2020.125798%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.smr.2020.02.002%0Ahttp://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/810049%0Ahttp://doi.wiley.com/10.1002/anie.197505391%0Ahttp://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780857090409500205%0Ahttp://>
- Firdausi, N. I. (2020b). Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Klien Ny. R Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas 1 Denpasar Selatan. *Kaos GL Dergisi*, 8(75), 147–154. <https://doi.org/10.1016/j.jnc.2020.125798%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.smr.2020.02.002%0Ahttp://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/810049%0Ahttp://doi.wiley.com/10.1002/anie.197505391%0Ahttp://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780857090409500205%0Ahttp://>
- Hansen. (2023). Etika Penelitian: Teori dan Praktik Manajemen Kontrak Konstruksi View project. *Podomoro University Press, January*, 1. <https://www.researchgate.net/publication/367530183>
- Hasanah, F. (2021). Analisis Asuhan Keperawatan Gerontik Dengan Inovasi Therapy Swedish Massage Pada Diagnosa Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman Pasien Hipertensi Di Desa Padangjaya Kecamatan Majenang. *Pharmacognosy Magazine*, 75(17), 399–405.
- Hidayah, N. & R. N. (2018). *BUKU AJAR Terapi Komplementar Untuk Mahasiswa Keperawatan (Evidence Basd Practice)*.

- Kemenkes. (2021). Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07 Tahun 2021 Tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Hipertensi Dewasa. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, 1–85.
- Ledoh, K., S. Tira, D., Landi, S., & Purnawan, S. (2024). Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia (60-74 tahun). *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 27–36. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v13i1.301>
- Mulyani, S. S. (2019). *Asuhan Keperawatan Lansia Dengan Hipertensi Di Panti Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda*. 1–23.
- Nasrullah, D. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik Edisi 1*. 283. <http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2017/08/Keperawatan-Gerontik-Komprehensif.pdf>
- Pratama, I. B. A., Fathnin, F. H., & Budiono, I. (2020). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu. *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana UNNES*, 3(1), 408–413.
- Purqoti, D. N. S., Fatmawati, B. H., Rusiana, H. P., Ernawati, Fatmawati, B. R., & Suprayitna, M. (2020). Upaya Pengendalian Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Melalui Guided Imagery Di Kelurahan Bintaro Kota Mataram. *Mandala Nursa*, 2(1), 55–60.
- Raditya, A. P. B., Anggraini, S. V. A., Kusumawati, V. D., & Juhdeliena, J. (2023). Efektivitas Terapi Swedish Massage sebagai Upaya Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi: Kajian Literatur. *Journal of Bionursing*, 5(1), 14–30. <https://doi.org/10.20884/1.bion.2023.5.1.162>
- Ritanti & Sari. (2020). *Swedish Massage Sebagai Intervensi Keperawatan Inovasi Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi*. 5.
- Shelemo, A. A. (2023). Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan. *Nucl. Phys.*, 13(1), 104–116.
- Siswadi, dkk. (2021). *Keperawatan Gerontik*.
- Suharto, D. N., Manggasa, D. D., Agusrianto, & Suharto, V. F. (2020). *Penerapan Swedish Massage Dengan Menggunakan Minyak Zaitun Terhadap Risiko Kerusakan Integritas Kulit Pada Asuhan Keperawatan Pasien Dengan Kasus Stroke*. 14(2), 134–140.
- Susilo, W. W. M. 2024. (2024). *Penerapan Swedish Massage Therapy Pada Pasien Hipertensi Dengan Gangguan Pola Tidur*.
- Syahza, A. (2021). *Metodologi Penelitian Edisi Revisi Tahun 2021*.
- Tambunan, F. F. ; N. P. R. R. P. S. S. I. S. (2021). *Buku Saku Hipertensi*.

- Trust, I., Journal, H., Sembiring, F. B., Ginting, A. A. Y., Rupang, E. R., Ners, P. S., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Elisabeth, S. (2024). *Pengaruh Swedish Massage Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Di Medan*. 7(2), 95–101.
- Utama, A. M. T. (2022). *Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Pasien Hipertensi Di UPTD Griya Wredha Surabaya*. 9, 356–363.
- Whelton, P. K., Carey, R. M., Aronow, W. S., Casey, D. E., Collins, K. J., Himmelfarb, C. D., DePalma, S. M., Gidding, S., Jamerson, K. A., Jones, D. W., MacLaughlin, E. J., Muntner, P., Ovbiagele, B., Smith, S. C., Spencer, C. C., Stafford, R. S., Taler, S. J., Thomas, R. J., Williams, K. A., ... Wright, J. T. (2018). 2017 ACC/AHA/AAPA/ABC/ACPM/AGS/APhA/ASH/ASPC/NMA/PCNA guideline for the prevention, detection, evaluation, and management of high blood pressure in adults: Executive summary: A report of the American college of cardiology/American Heart Association task . *Hypertension*, 71(6), 1269–1324. <https://doi.org/10.1161/HYP.0000000000000066>
- Widianita, R. D. (2023). *Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Ny. S Dengan Masalah Keperawatan Utama Nyeri Akut Dengan Diagnosa Medis Hipertensin Di Ruang Melati Panti Werdha Jambangan Surabaya Provinsi Jawa Timur*. *AT-TAWASSUTH: Jurnal Ekonomi Islam*, VIII(I), 1–19.
- Widyaningrum, T. (2020). *Pengaruh Swedish Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Ruang Rawat Inap RS An-Nisa Tangerang Tahun 2020*. *Jurnal Health Sains*, 1(4), 243–251. <https://doi.org/10.46799/jhs.v1i4.42>
- Yumesri, Risnita, Sudur, & Asrulla. (2024). *Etika Dalam Peneltian Ilmiah*. *Journal Genta Mulia*, 15(2), 63–69.
- Yusri, A. Z. dan D. (2020). *Konsep Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertens*. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 7(2), 809–820.

