

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai penerapan terapi rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran serai dan garam pada pasien hipertensi di Puskesmas Oesapa Kota Kupang, dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik partisipan penelitian menunjukkan variasi usia, jenis kelamin, serta kondisi kesehatan yang menjadi dasar penerapan terapi.

Tekanan darah pasien sebelum dilakukan intervensi berada pada kategori hipertensi.

2. Penerapan terapi rendam kaki dengan air hangat yang dicampur serai dan garam dapat dilakukan dengan prosedur sederhana, waktu pelaksanaan yang teratur, serta durasi tertentu sehingga mudah diaplikasikan di layanan kesehatan primer.
3. Setelah intervensi, terjadi penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi yang menunjukkan adanya perubahan positif dibandingkan sebelum dilakukan terapi.
4. Terapi rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran serai dan garam terbukti efektif menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi, sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu terapi komplementer dalam penatalaksanaan hipertensi di tingkat Puskesmas.

5.2 Saran

Bagi Peneliti

Diharapkan dapat menambah wawasan, keterampilan, serta pengalaman dalam melakukan penelitian secara ilmiah.

Bagi Masyarakat

Diharapkan pasien dan keluarga dapat menerapkan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran serei dan garam secara mandiri sebagai upaya non farmakologi dalam menurunkan tekanan darah.

Bagi Puskesmas

Disarankan dan sangat diharapkan agar terapi ini dapat di edukasikan dan diperkenalkan lebih luas kepada masyarakat penderita hipertensi, sebagai salah satu terapi nonfarmakologis untuk membantu pengendalian tekanan darah.

Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai suatu bahan referensi dalam memberikan pendidikan kepada mahasiswa jurusan keperawatan.