

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

1.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden sebelum dilakukan terapi pijat refleksi kaki di Puskesmas Oesapa sebagian besar berusia 36-45 tahun sebanyak 30 responden, responden terbanyak adalah perempuan sebesar 29 responden, pekerjaan terbanyak adalah sebagai IRT sebesar 18 responden, pendidikan terakhir terbanyak adalah D3/S1 sebanyak 20 responden.
2. Kualitas tidur pasien dengan hipertensi sebelum dilakukan terapi pijat refleksi kaki di wilayah kerja Puskesmas Oesapa adalah Cukup Buruk sebanyak 38 responden.
3. Kualitas tidur pasien dengan hipertensi setelah dilakukan terapi pijat refleksi kaki di wilayah kerja Puskesmas Oesapa adalah Cukup Baik sebanyak 43 responden.
4. Ada pengaruh yang signifikan saat sebelum diberikan terapi pijat refleksi kaki (*foot massage*) dan setelah diberikan terapi pijat refleksi kaki (*foot massage*) terhadap kualitas tidur pasien dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Oesapa dengan hasil dari perhitungan wilcoxon Signed Rank Test, maka nilai Z yang didapat sebesar -5.926b dengan p value (Asymp. Sig 2 tailed) sebesar $0,00 < 0,05$.

1.2. Saran

1. Bagi Responden
Penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan agar pasien hipertensi dapat menerapkan intervensi pijat refleksi kaki (*foot massage*) untuk meningkatkan kualitas tidur bagi penderita hipertensi.
2. Bagi Keperawatan
Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu intervensi untuk menerapkan terapi pijat refleksi kaki (*foot massage*) dalam praktek keperawatan.
3. Bagi Institusi
Penelitian ini diharapkan bagi institusi pendidikan untuk menambah informasi pengetahuan dan sumber referensi mengenai terapi pijat refleksi kaki (*foot massage*) pada klien dengan hipertensi tidak terkontrol sebagai upaya penurunan tekanan darah.