

BAB V

SIMPULAN & SARAN

A. Simpulan

Bedasarkan penelitian yang dilakukan diketahui karakteristik responden sebelum, setelah serta pengaruh terapi *slow stroke back massage* untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dapat disimpulkan :

1. Tekanan darah sebelum dilakukan *slow stroke back massage* pada penderita hipertensi di RS Diponegoro 21 Katen sebagian besar adalah pada kategori derajat I dengan 29 responden (48,3%).
2. Tekanan darah setelah dilakukan *slow stroke back massage* pada penderita hipertensi di RS Diponegoro 21 Katen sebagian besar adalah pada kategori derajat I dengan 35 responden (58,3%).
3. Terdapat pengaruh terapi *slow stroke back massage* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi dari 60 responden dengan *p value* sebesar 0,001 ($p < 0,05$).

B. Saran

1. Bagi Responden/Masyarakat

Bagi responden diharapkan untuk meningkatkan pemahamannya dengan baik tentang hipertensi dan tindakan non farmakologi untuk menangani tekanan darah pada penderita hipertensi, sehingga diharapkan dapat menurunkan tekanan darah secara mandiri.

2. Bagi Perawat

Diharapkan untuk profesi keperawatan dapat meningkatkan edukasi tentang manajemen tekanan darah secara lebih intensif tidak hanya pada penderita yang menderita hipertensi akan tetapi pada keluarga yang tinggal dalam satu rumahnya juga.

3. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan untuk meningkatkan kualitas pelayanan seperti optimalisasi *discharge planning* atau edukasi penyuluhan kesehatan mengenai pengaruh terapi *slow stroke back massage* untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

4. Bagi Peneliti

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan peneliti mengenai pengaruh terapi *slow stroke back massage* untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi

5. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai tambahan kepustakaan untuk instansi pendidikan mengenai pengaruh terapi *slow stroke back massage* untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.