

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian diatas maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara tekanan darah sebelum melakukan terapi rendam kaki hangat dan sesudah melakukan terapi rendam kaki hangat terhadap tingkat nyeri pada pasien lansia dengan masalah hipertensi mengalami peningkatan menjadi menurun, tingkat nyeri dari cukup meningkat menjadi menurun, meringis dari cukup meningkat menjadi menurun, untuk melihat gambaran sebelum dilakukan teknik relaksasi pada lansia yang menderita hipertensi mengalami nyeri skala 5. Sesudah dilakukan terapi rendam kaki hangat selama 3 hari tingkat nyeri yang didapatkan yaitu skala nyeri 3 menurun.

B. Saran

1. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi sehingga nantinya berguna dalam menerapkan latihan terapi relaksasi rendam kaki hangat sesuai dengan Standar Operasional Prosedur.

2. Bagi lansia

Dalam melaksanakan asuhan keperawatan melalui pendekatan proses keperawatan pada lansia hipertensi, peneliti menyarankan:

Untuk lansia agar selalu menjaga keadaannya, terutama agar selalu memenuhi programnya dietnya, terutama minum obat secara teratur sesuai dengan indikasi yang dianjurkan serta rumah sakit/puskesmas terdekat di lingkungan tempat tinggal serta menjalankan program perawatan lanjut seperti istirahat, makan makanan yang di anjurkan kepada lansia dengan masalah hipertensi,

dan mengonsumsi obat secara teratur untuk memulihkan pada proses penyembuhan.

3. Bagi institusi pendidikan

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu sumber informasi dan sumber sarta bagi calon peneliti selanjutnya tentang teknik nafas dalam yang digunakan untuk lansia hipertensi.