

BAB 5

KESIMPULAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan pembahasan pada bab ini dapat diambil kesimpulan pada studi kasus pemberian relaksasi rendam kaki air hangat disertai konsumsi jus belimbing manis untuk penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di UPTD Griya Werdha Jambangan sebagai berikut:

1. Tekanan darah lansia di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya sebelum diberikan terapi relaksasi rendam kaki air hangat disertai konsumsi jus belimbing manis yaitu Tn. A 160/97 mmHg dalam kategori hipertensi derajat 2 dan pada Tn. S 157/95 mmHg dalam kategori hipertensi derajat 1.
2. Respon lansia di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya saat diberikan terapi relaksasi rendam kaki air hangat disertai konsumsi jus belimbing manis yaitu Tn. A sudah mampu mempersiapkan terapi dan melakukan terapi secara mandiri dan mengatakan bahwa Tn. A merasa rileks dan pusingnya sudah tidak terasa lagi sehingga bisa tidur nyenyak. Dan pada Tn. S yaitu Tn. S sudah mampu mempersiapkan terapi dan melakukan terapi secara mandiri dan mengatakan bahwa Tn. S merasa rileks dan pusingnya sudah tidak terasa lagi sehingga bisa tidur nyenyak dan bisa melakukan aktivitas sehari-hari dengan mudah.
3. Tekanan darah lansia di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya setelah diberikan terapi relaksasi rendam kaki air hangat disertai konsumsi jus belimbing manis yaitu Tn. A 130/71 mmHg dalam kategori prahipertensi dan pada Tn. S 134/72 mmHg dalam kategori prahipertensi.

5.2 Saran

1. Bagi Perawat Gerontik

Peran perawat gerontik diharapkan dapat menurunkan tekanan darah pada lansia dengan terapi non farmakologis secara rutin dengan menggunakan pemberian terapi relaksasi rendam kaki air hangat disertai konsumsi jus belimbing manis secara rutin, jika tidak memungkinkan dalam pemberian jus setiap hari, buah belimbing dapat disajikan dalam bentuk buah kepada lansia. Dan terapi rendam kaki air hangat dapat dilakukan rutin setiap hari pada pagi hari saat para lansia melakukan kegiatan berjemur dan di sore hari ketika setelah mandi sore.

2. Bagi Lansia

Studi ini diharapkan dapat membantu lansia dalam menurunkan tekanan darah secara non farmakologis dan terapi herbal.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Studi kasus ini dapat dijadikan sebagai bahan acuan untuk peneliti selanjutnya, dan dapat dikembangkan serta diaplikasikan dalam penelitian lebih lanjut.