

## **BAB 5**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai studi kasus pemberian pijat refleksi kaki terhadap perubahan tekanan darah tinggi pada lansia di UPTD griya werdha jambangan suarabaya dikemukakan kesimpulan dan saran sebagai berikut :

#### **5.1 Kesimpulan**

1. Sebelum dilakukan penelitian responden di cek tekanan darahnya menggunakan tensi digital, setelah dicek responden akan dilakukan pemijatan refleksi kaki. Responden pertama Ny M pada sesi pagi 150/92 mmHg dengan kategori derajat 1, pada sore hari 152/68 mmHg dengan kategori derajat 1, sedangkan responden kedua Tn. A pada sesi pagi 152/68 mmHg dengan kategori derajat 1, pada sore hari 148/93 mmHg dengan kategori derajat 1 dan kedua pasien mengeluhkan pusing, kaki terasa kaku.
2. Respon saat pelaksanaan pijat refleksi kaki terhadap perubahan tekanan darah pada Ny M dan Tn A terdapat perubahan tekanan darah dari pagi dan sore secara bertahap dikarenakan pasien saat pemberian pijat refleksi responnya sangat memuaskan dan pasien merasa lebih nyaman.
3. Tekanan darah sesudah dilakukan terapi pijat refleksi kaki responden diistirahatkan 5 menit kemudian di cek kembali tekanan darahnya menggunakan tensi digital pada responden pertama Ny M pada pagi

hari 146/73 mmHg dengan kategori derajat 1, pada sore hari 139/70mmHg sedangkan responden kedua Tn A pada pagi hari 135/60 mmHg dengan kategori prahipertensi, pada sore hari 124/70 mmHg dengan kategori prahipertensi maka didapatkan hasil perubahan tekanan darah pada sore hari kedua responden dengan kategori prahipertensi.

## **6.2 Saran**

### **1. Bagi Pasien**

Bisa digunakan atau diaplikasikan secara mandiri yaitu sebagai terapi tambahan yang bisa digunakan sebagai alternative dalam perubahan tekanan darah.

### **2. Bagi Panti**

Hasil peneliti ini diharapkan bisa diteliti lebih lanjut sehingga bisa dijadikan sebagai terapi pendamping selain terapi farmakologis.

### **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan peneliti ini bisa dijadikan sebagai dasar maupun sebagai kerangka acuan dalam penelitian selanjutnya terhadap perubahan tekanan darah dengan menggunakan terapi pijat refleksi kaki.