

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai studi kasus penerapan *Spiritual emotional freedom Technique* (SEFT) terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Manukan Kulon Surabaya, dikemukakan kesimpulan dan saran sebagai berikut:

5.1 Kesimpulan

1. Rata-rata tekanan darah sebelum penerapan SEFT pada Tn. L didapatkan hasil 159/ 110 mmHg, sedangkan pada Tn. S didapatkan hasil rata-rata tekanan darah 170/ 108 mmHg
2. Respon responden saat penerapan SEFT pada Tn. L didapatkan respon yang baik yaitu sangat senang dan antusias, badan menjadi lebih relaks. Sedangkan pada Tn. S hari pertama didapatkan sedikit ketegangan, namun selanjutnya sangat senang dan antusias, tidur bisa lebih nyenyak dari biasanya.
3. Rata-rata tekanan darah setelah penerapan SEFT pada Tn. L didapatkan hasil 154/108 mmHg, sedangkan pada Tn. S didapatkan hasil rata-rata tekanan darah 149/103 mmHg

5.2 Saran

1. Bagi pasien
Hasil penelitian ini dapat digunakan atau diaplikasikan secara mandiri sebagai salah satu pengobatan nonfarmakologis dalam penurunan tekanan darah.

2. Bagi Ilmu Keperawatan

Diharapkan *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) ini dapat diimplementasikan khususnya pada penderita hipertensi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dalam pengembangan intervensi masalah keperawatan yang lainnya seperti, gangguan nyeri, gangguan insomnia, gangguan kecemasan dan lain sebagainya.