

BAB 5

PENUTUP

Pada bab ini diuraikan tentang simpulan dari hasil pembahasan penelitian yang telah dilakukan sehingga peneliti menarik simpulan dan saran sebagai berikut.

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Panti Werdha Hargo Dedali Surabaya pada tanggal 05 Agustus 2021 – 14 Agustus 2021, didapatkan simpulan sebagai berikut:

1. Pemberian terapi hidroterapi rendam kaki dengan air hangat selama 15 menit dalam sehari terbukti mampu menurunkan kecemasan pada kedua responden, karena air hangat dapat melancarkan sirkulasi darah sehingga responden merasa rileks, bernafas lebih ringan dan pola tidur responden menjadi lebih teratur.
2. Kecemasan kedua responden lansia sebelum diberikan terapi Hidroterapi rendam kaki air hangat termasuk dalam kecemasan berat dengan nilai skor 31 pada Ny. M dan 33 pada Ny. MT. Setelah diberikan terapi Hidroterapi rendam kaki dengan air hangat terdapat adanya penurunan skor pada Ny. M 21: kecemasan sedang dan Ny. MT 20: kecemasan ringan.

5.2 Saran

1. Bagi tempat penelitian

Yayasan Panti Werdha Hargo Dedali Surabaya disarankan untuk melanjutkan terapi Hidroterapi rendam kaki air hangat, untuk menurunkan kecemasan pada lansia, meskipun lansia melakukan aktivitas yang lain dan tidak mempengaruhi hasil pada saat intervensi. Dan Penelitian ini dapat menjadi alternatif terapi yang digunakan untuk mengatasi kecemasan berat yang dialami lansia.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian metode Hidroterapi dengan ditambahkan pada sampel dengan jumlah yang lebih banyak atau dilakukan 2 tempat dan ditambahkan dengan kelompok untuk perbandingan.

3. Bagi fasilitas kesehatan lainnya

Gabungan dua intervensi dapat diterapkan pada lansia diluar panti yang menderita hipertensi, namun dengan syarat seperti lansia dengan resiko jatuh rendah, lansia dengan nilai indeks katz A.