

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini dapat di ambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Hasil menunjukkan tekanan darah sebelum dilakukan penerapan pada hari pertama didapatkan 4 responden mengalami hipertensi tinggi dan setelah dilakukan penerapan pada hari ketiga didapatkan 2 responden tekanan darah normal, 1 responden pra-hipertensi dan 1 responden masih mengalami hipertensi tinggi.
2. Hasil menunjukkan tingkat kenyamanan sebelum dilakukan penerapan back massage didapatkan hasil 4 responden mengalami ketidaknyamanan pada Ny.S skor 80, Ny.A skor 70, Ny.D skor 73, Ny.S skor 74 dan setelah dilakukan penerapan back massage didapatkan hasil 4 responden mengalami peningkatan tingkat kenyamanan pada Ny.S skor 89, Ny.A skor 96, Ny.D skor 100, Ny.S skor 92.
3. Terdapat peningkatan pada tingkat kenyamanan lansia setelah diberikan penerapan *back massage*.
4. Terdapat penurunan tekanan darah pada lansia setelah diberikan penerapan *back massage*.

B. Saran

1. Bagi Responden

Diharapkan penelitian intervensi *back massage* ini dapat diterapkan pada lansia untuk mengatasi peningkatan tekanan darah.

2. Bagi Institusi Keperawatan

Tulisan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman, serta memberikan wawasan kepada institusi pendidikan, khususnya di bidang kesehatan, mengenai manfaat *back massage* dalam menurunkan tekanan darah pada lansia.

3. Bagi institusi Panti

Diharapkan untuk pihak panti dapat mengimplementasikan *back massage* bagi lansia yang mengalami hipertensi dan ketidaknyamanan, baik dari segi fisik maupun psikologis.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penulisan selanjutnya agar memperluas pembahasan mengenai *back massage* untuk menambah informasi dan menyempurnakan intervensi keperawatan.