

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Menurut pembahasan penelitian diatas yang sudah melewati banyak perjalanan untuk menempuhnya yaitu bagian awal sampai akhir. Sehingga peneliti melakukan pembuatan kesimpulan dibawah ini:

- 5.1.1 Dari lima responden terdiri dari dua responden laki-laki diantaranya umur 60 tahun dan umur 66 tahun, dan tiga responden perempuan diantaranya umur 56 tahun, 59 tahun, dan 68 tahun.
- 5.1.2 Tekanan darah responden sebelum diberikan tindakan terapi hidroson dan terapi ralaksasi dzikir, diantaranya responden 1 tensi sebelum 160/86 mmHg, tensi sesudah 130/80 mmHg. Responden 2 tensi sebelum 158/100 mmHg, tensi sesudah 128/90 mmHg. Responden 3 tensi sebelum 177/85 mmHg, tensi sesudah 140/80 mmHg. Responden 4 tensi sebelum 178/96 mmHg, tensi sesudah 150/90 mmHg. Responden 5 tensi 166/100 mmHg, tensi sesudah 138/80 mmHg.
- 5.1.3 Ada pengaruh dalam penerapan terapi hidroson dan terapi relaksasi dzikir dalam menurunkan tekanan darah

tinggi terhadap pasien hipertensi di ruang santa maria rumah sakit Budi Rahayu Pekalongan.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Responden

Besar harapan peneliti terhadap respondens supaya bisa patuh terhadap diet yang direkomendasikan dan lebih aktif dalam menjalankan tindakan relaksasi autogenik minimal 3 kali dalam sebulan dan pengecekan tekanan darah secara rutin.

5.2.2 Bagi Universitas Dan Mahasiswa

Diharapkan studi kasus ini bisa menjadi sumber penelitian untuk menjadi tolak ukur jika akan melakukan penelitian yang sama dan menambah wawasan dalam memahami karya ini.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Besar harapan peneliti supaya peneliti setelahnya bisa melakukan penelitian lebih bagus lagi terkait faktor-faktor lainnya contohnya (riwayat keluarga hipertensi, bertambahnya umur) apapun itu yang ada kaitanya dengan hipertensi. Kemudian menjalankan penelitian lebih spesifik dan terukur tekanan darah, respondens,

bagian kasus dan mengontrol juga sampel menambah responden lebih banyak.

