

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut.

1. Nilai rata rata *pre-test* tekanan darah Sistole pada kelompok hanya minum obat adalah 164,7 mmHg dan tekanan darah Diastole sebesar 91,7 mmHg
2. Nilai rata rata *post-test* tekanan darah Sistole pada kelompok hanya minum obat adalah 159,1 mmHg dan tekanan darah Diastole sebesar 78,9 mmHg
3. Nilai rata rata *pre-test* tekanan darah Sistole pada kelompok hidroterapi rendaman kaki air hangat adalah 162,0 mmHg dan nilai rata rata tekanan darah Diastole sebesar 89,3 mmHg
4. Nilai rata rata *post-test* tekanan darah Sistole pada kelompok hidroterapi rendaman kaki air hangat adalah 153,6 mmHg dan nilai rata rata tekanan darah Diastole sebesar 84,0 mmHg
5. Nilai rata rata *pre-test* tekanan darah Sistole pada kelompok aromaterapi mawar adalah 163,5 mmHg dan nilai rata rata tekanan darah Diastole sebesar 90,9 mmHg
6. Nilai rata rata *post-test* tekanan darah Sistole pada kelompok aromaterapi mawar adalah 154,1 mmHg dan nilai rata rata tekanan darah Diastole sebesar 83,7 mmHg
7. Nilai rata rata *pre-test* tekanan darah Sistole pada kelompok kombinasi aromaterapi dan hidroterapi adalah 163,0 mmHg dan nilai rata rata tekanan darah Diastole sebesar 85,0 mmHg

8. Nilai rata rata *post-test* tekanan darah Sistole pada kelompok kombinasi aromaterapi dan hidroterapi adalah 150 mmHg dan nilai rata rata tekanan darah Diastole sebesar 79,4 mmHg
9. Kombinasi aromaterapi dan hidroterapi lebih efektif daripada perlakuan single dalam menurunkan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi primer di Puskesmas IV Denpasar Selatan tahun 2022

B. Saran

Saran yang dapat diajukan berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Tenaga Kesehatan

Kombinasi aromaterapi dan hidroterapi dapat dijadikan edukasi pada penderita hipertensi dalam menurunkan tekanan darah berupa media leaflet

2. Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada lansia agar rutin melakukan kontrol tekanan darah, dan melakukan pola hidup sehat.

3. Bagi penderita Hipertensi Primer

Melakukan Kombinasi Aromaterapi dan Hidroterapi secara mandiri dirumah selama 15 menit setiap hari untuk menurunkan tekanan darah

4. Bagi Peneliti selanjutnya

- a. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian yang serupa dengan menggunakan design eksperiment serta mengontrol semua variable perancu

- b. Memperhatikan obat antihipertensi bagi yang mengonsumsi antihipertensi untuk menghindari bias penurunan tekanan darah