

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Setelah dilakukan penelitian mengenai pengaruh rendam kaki air jahe hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di puskesmas Punggur tahun 2024., didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebagian besar sebagian besar responden penderita hipertensi adalah usia lanjut 60-69 tahun , mayoritas berjenis kelamin perempuan, responden dengan pendidikan Sekolah Dasar (SD dan mayoritas bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga.
2. Rata-rata tekanan darah lansia penderita Hipertensi sebelum di berikan intervensi di hari 1 yaitu 170/80 mmHg dan hari ke 2 yaitu 160/90 mmHg.
3. Rata-rata tekanan darah lansia penderita Hipertensi sesudah di berikan Rendaman Kaki Air Jahe Hangat di hari 1 yaitu 160/80 mmHg dan hari ke 2 yaitu 150/80 mmHg.
4. Perbedaan rata – rata tekanan darah sebelum dan sesudah di berikan inervensi di hari 1 yaitu 0,003 dan di hari ke 2 yaitu 0,039

## **B. Saran**

### a. Bagi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan informasi untuk penelitian selanjutnya di bidang keperawatan khususnya bidang keperawatan gerontial dengan hipertensi, sebagai informasi yang dapat diterapkan dalam pengabdian masyarakat agar masyarakat dapat.

### b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai informasi dasar dan ketika mempertimbangkan penelitian selanjutnya di kemudian hari.

### c. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat membantu para peneliti lebih memahami bagaimana penerapan rendaman kaki air jahe hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia

### d. Bagi Responden

Diharapkan penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan tentang terapi non-farmakologi secara tepat mengenai pengaruh terapi rendam kaki dengan air jahe hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

### e. Bagi Masyarakat

Bagi masyarakat di sekitar puskesmas punggur sebagai sarana memberikan informasi kepada masyarakat dan lansia guna menyikapi permasalahan penurunan tekanan darah keluarga dan masyarakat mampu memahami dan mengaplikasikan bagaimana melakukan terapi

non-farmakologi terapi rendam kaki air jahe terhadap penurunan tekanan darah

f. Bagi Puskesmas

Bagi Puskesmas diharapkan agar Puskesmas dapat menerapkan dan mengajarkan Rendaman kaki air jahe hangat kepada lansia untuk pendamping pemberian obat farmakologi menurunkan darah tinggi di puskesmas dan masyarakat di lingkungan Puskesmas.