BAB VII
PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pengaruh terapi *Foot Reflexology* dan *Buerger Allen Exercise* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi, maka dapat dibuat kesimpulan sebagai berikut:

1. Rentang usia responden pada kelompok intervensi dan control yaitu 34-67 tahun, sebagian besar berjenis kelamin Perempuan, Lebih dari separuh responden tidak bekerja, sebagian besar responden memiliki Riwayat hipertensi lebih dari 5 tahun, lebih dari sebagian memiliki Riwayat genetik, sebagian besar responden tidak merokok.
2. Rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok intervensi sebelum diberikan *Foot Reflexology* dan *Buerger Allen Exercise* yaitu 156,50/92,72 mmHg dan terjadi penurunan menjadi 140,56/86,61 mmHg. Sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum diberikan rendam kaki air hangat yaitu 151,56/92,39 mmHg dan mengalami penurunan menjadi 142,39/82,83 mmHg.
3. Terdapat perbedaan signifikan antara rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol (p=0,0001)
4. Ada pengaruh pemberian terapi *Foot Reflexology* dan *Buerger Allen Exercise* terhadap tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi di Wilayah Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu dengan *P Value = 0,001*.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, peneliti ingin memberikan saran kepada beberapa pihak terkait antara lain kepada:

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

1. Bagi masyarakat

   Bagi masyarakat diharapkan masyarakat khususnya penderita hipertensi dapat mengetahui bagaimana cara mengatasi tanpa menggunakan obat dan bermanfaat bagi semua kalangan, terutama penderita hipertensi untuk menurunkan tekanan darah secara non farmakologis.

2. Bagi Institusi Pendidikan

   Diharapkan dimasukan sebagai materi pembelajaran pada mata kuliah tentang terapi *Foot Reflexology* dan *Buerger Allen Exercise* sebagai salah satu terapi untuk menurunkan tekanan darah. Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan literatur bagi mahasiswa.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Penelitian selanjutnya diharapkan untuk menambahkan jumlah sampel dengan skala yang lebih besar serta dapat mengembangkan lebih lengkap lagi dan lebih baik lagi dari sebelumnya, agar efek kebermanfaatan *Foot Reflexology* dan *Buerger Allen Exercise* dapat dirasakan lebih luas serta menciptakan ruangan yang tenang untuk membantu menurunkan tekanan darah.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu