

BAB 6

SIMPULAN DAN SARAN

Bab ini berisi simpulan hasil penelitian yang disesuaikan dengan tujuan penelitian, serta saran bagi praktik keperawatan, pendidikan keperawatan, dan penelitian keperawatan.

6.1 Simpulan

Penelitian tentang pengaruh terapi Back Massage dan Slow Deep Breathing terhadap perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi dilaksanakan mulai minggu ketiga April 2015 sampai dengan Juni 2013. Responden berjumlah 80 orang yang terdiri atas 60 orang (75%) kelompok intervensi dan 20 orang (25%) kelompok control, dengan simpulan sebagai berikut :

- 6.1.1 Karakteristik responden mayoritas : (1) 25 responden (31,25%) berada pada rentang usia 51-60 tahun; (2) 49 responden (61,25%) perempuan; (3) 63 responden (78,75%) tidak ada penyakit penyerta.
- 6.1.2 Tekanan darah sistolik sebelum intervensi BM mayoritas 12 responden (60%) dan tekanan darah diastolic 15 responden (75%) berada pada hipertensi stage 1 sedangkan sesudah intervensi BM tekanan darah sistolik mayoritas 10 responden (50%) dan diastolic 11 responden (55%) pada minggu keempat dan tekanan darah sistolik 10 responden (50%) dan diastolic 9 responden (45%) pada minggu kedelapan berada pada hipertensi stage 1.
- 6.1.3 Tekanan darah sistolik sebelum intervensi SDB mayoritas 10 responden (50%) dan tekanan darah diastolic 10 responden (50%) berada pada hipertensi stage 1 dan 2 sedangkan sesudah intervensi SDB tekanan darah sistolik mayoritas 8 responden (40%) pada hipertensi stage 2 dan diastolic 13 responden (65%) pada minggu keempat berada pada hipertensi stage 1 sedangkan tekanan darah sistolik 9 responden (45%) pada hipertensi stage 1 dan diastolic 13 responden (65%) pada minggu kedelapan berada pada kriteria pre hipertensi.

- 6.1.4 Tekanan darah sistolik sebelum intervensi gabungan BM dengan SDB mayoritas 12 responden (60%) dan tekanan darah diastolic 15 responden (75%) berada pada hipertensi stage 1 sedangkan sesudah intervensi gabungan BM dengan SDB tekanan darah sistolik mayoritas 11 responden (55%) dan diastolic 10 responden (50%) pada minggu keempat berada pada hipertensi stage 1 dan tekanan darah sistolik 7 responden (35%) dan diastolic 13 responden (65%) pada minggu kedelapan berada pada kriteria pre hipertensi.
- 6.1.5 Berdasarkan hasil uji beda berpasangan menunjukkan bahwa ada perubahan tekanan darah sistolik dan diastolic yang signifikan sebelum dan sesudah intervensi BM pada minggu keempat dan kedelapan, sedangkan antara minggu keempat dan kedelapan tekanan darah sistolik mengalami perubahan yang signifikan dan diastolic tidak terjadi perubahan yang signifikan.
- 6.1.6 Berdasarkan hasil uji beda berpasangan menunjukkan bahwa secara statistic ada perubahan yang signifikan pada tekanan darah sistolik dan diastolic sebelum dan sesudah intervensi SDB pada minggu keempat dan kedelapan.
- 6.1.7 Berdasarkan hasil uji beda berpasangan menunjukkan bahwa secara statistic ada perubahan yang signifikan pada tekanan darah sistolik dan diastolic sebelum dan sesudah intervensi gabungan BM dan SDB pada minggu keempat dan kedelapan.
- 6.1.8 Intervensi BM terhadap tekanan darah sistolik memberikan pengaruh secara signifikan terhadap tekanan darah sistolik pada minggu delapan sedangkan tekanan darah diastolic memberikan pengaruh secara signifikan pada minggu keempat dan kedelapan.
- 6.1.9 Intervensi SDB terhadap tekanan darah sistolik memberikan pengaruh secara signifikan terhadap tekanan darah sistolik pada minggu kedelapan.
- 6.1.10 Intervensi gabungan BM dengan SDB terhadap tekanan darah sistolik memberikan pengaruh secara signifikan terhadap tekanan darah sistolik pada minggu keempat dan kedelapan.

- 6.1.11 Berdasarkan uji statistic diketahui bahwa ketiga perlakuan BM, SDB, dan gabungan BM dengan SDB berpengaruh secara signifikan untuk mengubah dan menurunkan tekanan darah sistolik pada minggu kedelapan dan intervensi yang paling kuat adalah intervensi BM karena signifikan pada tekanan darah sistolik dan diastolic pada minggu keempat dan kedelapan, sedangkan gabungan BM dengan SDB hanya berpengaruh signifikan terhadap tekanan darah sistolik pada minggu keempat dan kedelapan.
- 6.1.12 Berdasarkan uji statistic diketahui bahwa ada pengaruh penyakit penyerta terhadap tekanan darah sistolik dengan nilai $p=0.000$ (<0.05) pada intervensi gabungan BM dengan SDB terhadap tekanan darah sistolik minggu kedelapan. Secara statistic disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara penyakit penyerta terhadap perubahan tekanan darah sistolik.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Praktik Keperawatan

Intervensi BM, SDB dan gabungan BM dengan SDB secara statistic berpengaruh terhadap perubahan tekanan darah sistolik dan diastolic pada pasien hipertensi sehingga puskesmas dapat memproses kebijakan terkait hasil penelitian berdasarkan kajian ilmu yang sudah dipaparkan. Perawat juga perlu mendapat informasi mengenai intervensi tersebut sehingga dapat melakukan secara mandiri pada pasien hipertensi. Oleh karena itu diharapkan perawat mendapat pelatihan dan informasi mengenai intervensi mandiri tersebut dari pihak yang berlisensi.

6.2.2 Bagi Pendidikan Keperawatan

Menambah mata ajaran mengenai terapi non farmakologi pada pasien hipertensi khususnya pada terapi nonfarmakologi dalam memberikan efek relaksasi pada pasien hipertensi seperti intervensi BM dan SDB.

6.2.3 Bagi Penelitian Keperawatan

Mengembangkan kajian ilmiah berupa penelitian lanjutan untuk menyempurnakan dan memperdalam penelitian ini dengan melihat dan menguji factor-faktor lain yang belum diteliti oleh peneliti yang berhubungan dengan hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- American Heart Association. (2008). Hypertension. <http://hyper.ahajournals.org/cgi> diakses pada tanggal 20 Januari 2015.
- American Massage Therapy Association (2005). *Demand for massage therapy: use and acceptance increasing*. [http://: www.amtamassage.org/](http://www.amtamassage.org/) pada tanggal 13 Januari 2015.
- Anderson, et al. (2010). *Reguler Slow Breathing Exercise Effect on Blood Pressure and Breathing Patterns at Rest*. Journal of Hypertention.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian: Suatu Pendekatan Praktik (Edisi Revisi)*. Jakarta: Rineka Cipta
- Berman, Audrey. (2009). *Buku ajar praktik keperawatan klinis Koizer & Erb*. Jakarta: EGC.
- Black, M.J., & Hawks, H.J. (2009). *Medical Surgical Nursing: Clinical Management for Positive Outcomes*. Edition 8. Volume 2. Singapore: Elsevier.
- Burke, A., & Marconett, S. (2008). *The role of breath in yogic traditions : Alternate nostril breathing. Biofeedback*.
- Christensen, P. J. & Kenney, J. W. (2009). *Proses Keperawatan:aplikasi model konseptual*. Jakarta: EGC.
- Corwin, Elizabeth J. (2009). *Buku Saku Patofisiologi*. Jakarta : Buku Kedokteran EGC.
- Davis, G. (2006). *Blood Pressure: anatomy and physiology in relation to drug therapies*. Nurse Prescribing.
- Denise, M.L. (2007). *Sympathetic Storning After Severe Traumatic Brain Injury*. Critical Care Nurse Journal.
- Departemen Kesehatan RI. (2007). *Data Pasien Hipertensi di Indonesia*. <http://www.depkes.go.id/index.php/berita/press-release/263-hindari-hipertensi> diakses tanggal 20 Januari 2015.
- Downey, L.V. (2009). *The Effects of Deep Breathing Training on Pain Management in The Emergency Department*. Southern Medical Journal.
- Harris, M. (2009). *The Effects Of Slow-Stroke Back Massage On The Sleep Of Persons With Dementia In The Nursing Home: A Pilot Study*. The University of Arkansas for Medical Sciences

- Hao, et all. (2014). *Effects Of ACEI/ARB In Hypertensive Patients With Type 2 Diabetes Mellitus: A Meta-Analysis Of Randomized Controlled Studie*. <http://www.biomedcentral.com/1471-2261/14/148>, diakses pada tanggal 10 Juli 2015
- Kaushik, et all. (2006). *Effects of mental relaxation and slow breathing in essential hypertension*. *Complementary Therapies in Medicine*. <http://www.elsevierhealth.com/journals/ctim>, diakses pada tanggal 25 Januari 2015.
- Kozier, Barbara. (2010). *Buku ajar fundamental keperawatan: Konsep, proses dan praktik Ed. 7*. Jakarta: EGC.
- Lewis, P. (2007). *Medical Surgical Nursing Assesment and Management of Clinical Problems. Seventh Edition*. Mosby Elsevier.
- Moeini, et all. (2011). *The effect of massage therapy on blood pressure of women with pre-hypertension*. Theses. University of Medical Sciences.
- Mohamed, et all. (2013). *Effect of slow deep breathing exercise on blood pressure and heart rate among newly diagnosed patients with essential hypertension*. *Journal of Education and Practice*. [http:// www.iiste.org](http://www.iiste.org), diakses pada tanggal 25 Januari 2015.
- Mohebbi Z, et all. (2014). *The Effect of Back Massage on Blood Pressure in the Patients with Primary Hypertension in 2012-2013: A Randomized Clinical Trial*. [http:// ijcbnm.sums.ac.ir](http://ijcbnm.sums.ac.ir) diakses pada tanggal 15 Desember 2014.
- Nagarajan, S. (2014). *Effect Slow Breathing Training For a Month on Blood Pressure and Heart Rate Variability in Healthy Subjects*. Department of Physiology, Karuna Medical College, Palakkad, Kerala, India.
- Notoadmojo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Ollney, CM. (2007). *Back Massage: Long term effects and dosage determination for persons with pre-hypertension and hypertention*. Theses and Dissertations. Florida: University of South Florida
- Olney, C.M. (2005). *The effect of therapeutic back massage in hypertensive persons: a preliminary study*. *Biological Research for Nursing*.
- Olney, CM. (2005). *The effect of therapeutic back massage in hypertensive persons: A preliminary study*, *Biological Research For Nursing*, Vol. 7, No. 2.
- Polit, D. H. (2002). *Nursing Research: Principles and Method*. Philadelphia: Lipponcott.

- Potter, P. P. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Potter, P. A., & Perry, A.G. (2009). *Basic Nursing; Essential for Practice*. Mosby: Elseiver.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2013). *Pedoman Pewawancara Petugas Pengumpul Data*. Jakarta: Badan Litbangkes, Depkes RI.
- Silbernagl, S., & Lang, F. (2006). *Teks & atlas berwarna patofisiologi*. (Iwan Setiawan & Iqbal Mochtar, penerjemah). Jakarta: EGC.
- Smeltzer, S. C., & Bare, B. G. (2008). *Brunner & Suddarth's textbook of medical surgical nursing*. Philadelphia: Lippincott.
- Susilo, W. (2014). *Biostatistika Lanjut dan Aplikasi Riset*. Jakarta: TIM.
- Sudiarto, et al (2007). *Pengaruh Terapi Relaksasi Meditasi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Binaan Rumah Sakit Emanuel Klampok Banjarnegara*. The Soedirman Journal of Nursing. FKIK Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto.
- Tee, R. et al. (2010). *The Prevalence Of Hypertension And Its Associated Risk Factors In Two Rural Communities In Penang, Malaysia*. Department of Public Health Medicine.
- Turankar, et all. (2013). *Effects Of Slow Breathing Exercise On Cardiovascular Functions, Pulmonary Functions & Galvanic Skin Resistance In Healthy Human Volunteers - A Pilot Study*. Indian J Med Res.
- Tomey, A. M., & Alligood, M. R. (2006). *Nursing theory utilization & application*. 3th edition. St. Louis, Missouri: Mosby, Inc.
- University of Pittsburgh Medical Centre. (2003). *Slow Deep Breathing Technique*, [http://www.upmc.com/HealthAtoZ/patienteducation/S/Pages/deepbreathing\(smokingcessation\).aspx](http://www.upmc.com/HealthAtoZ/patienteducation/S/Pages/deepbreathing(smokingcessation).aspx), diakses tanggal 10 Mei 2010.
- World Health Day. (2013). *A global brief on hypertension; Silent killer, global public health*. Geneva: World Health Organization 2013.