

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

6.1 Simpulan

Berdasarkan hasil laporan kasus dan analisis yang dilakukan terhadap pasien dengan hipertensi, disimpulkan bahwa terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) terbukti efektif menurunkan tekanan darah baik sistolik maupun diastolik. Intervensi dilakukan secara konsisten selama tiga hari dan menunjukkan penurunan tekanan darah yang signifikan dari hari ke hari. Penurunan tekanan darah ini juga diikuti dengan berkurangnya keluhan nyeri kepala, menurunnya tingkat ansietas, serta membaiknya kualitas tidur pasien. Kesimpulan ini mendukung tujuan umum penelitian, yakni untuk mengetahui adanya pengaruh terapi SSBM terhadap tekanan darah pasien hipertensi. Penerapan terapi SSBM dilakukan selama tiga hari dengan hasil yang menunjukkan penurunan tekanan darah rata-rata 12,67 mmHg (sistolik) dan 9 mmHg (diastolik). Evaluasi menunjukkan bahwa semua tujuan keperawatan tercapai, dengan adanya perbaikan kondisi fisik dan psikologis pasien setelah intervensi.

6.2 Saran

1. Untuk Praktik Keperawatan: Terapi *Slow Stroke Back Massage* dapat dijadikan sebagai intervensi keperawatan rutin pada pasien hipertensi sebagai bagian dari manajemen non-farmakologis tekanan darah. Perawat disarankan untuk memperoleh pelatihan atau keterampilan khusus dalam melakukan terapi ini agar pelaksanaannya optimal dan aman bagi pasien.
2. Untuk Penelitian Selanjutnya: Disarankan untuk melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar dan waktu intervensi yang lebih panjang untuk menguatkan temuan efektivitas terapi ini terhadap tekanan darah pasien hipertensi.

3. Untuk Institusi Pelayanan Kesehatan: Diharapkan terapi SSBM dapat diintegrasikan dalam program pengelolaan hipertensi di fasilitas kesehatan, khususnya pada unit pelayanan keperawatan.