

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Kedungmundu Semarang, peneliti mengambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden berdasarkan usia, frekuensi usia termuda 39 tahun dan paling tua 60 tahun. Karakteristik responden berdasarkan lamanya menderita hipertensi, lama minimal 2 tahun dan paling lama 7 tahun.
2. Tekanan darah sebelum diberi terapi 'Rekahara', rerata tekanan darah sistolik 152,50 mmHg dan tekanan darah diastolik 102,90 mmHg, sesudah diberikan terapi 'Rekahara' rerata tekanan darah sistolik menjadi 137,75 mmHg dan tekanan darah diastolik 86,65 mmHg.
3. Terapi 'Rekahara' berpengaruh secara signifikan dalam menurunkan tekanan darah baik sistolik maupun diastolik pada pasien hipertensi di Puskesmas Kedungmundu Semarang dengan nilai signifikansi *p value* 0.000 ( $\alpha < 0.05$ )

#### B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dapat diambil beberapa saran yang dapat diajukan oleh peneliti, diantaranya :

1. Bagi Klien / Keluarga  
Keluarga dan penderita hipertensi dapat menerima informasi dan pengetahuan tentang cara pengobatan non farmakologis dengan pemberian terapi 'Rekahara'.
2. Bagi Institusi Kesehatan  
Penelitian ini sebagai informasi yang dapat digunakan sebagai literature dan masukan untuk penelitian selanjutnya.

3. Bagi Instansi Pelayanan Kesehatan

Instansi pelayanan kesehatan dapat memberikan penyuluhan kesehatan dan menerapkan terapi 'Rekahara' kepada pasien hipertensi.

4. Bagi Peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat menambah pengetahuan dalam bidang penelitian, serta dapat mengembangkan penelitian ini dengan mengkombinasikan dengan terapi lain untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

