

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

*Literatur Review* ini secara komprehensif merangkum serta menjelaskan hasil penelitian dari sumber literatur yang tersedia tentang pengaruh senam anti stroke dan aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi, menunjukkan bahwa intervensi senam anti stroke dan aromaterapi lavender untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi sangat efektif. Pemberian Intervensi juga bisa dilakukan secara kelompok atau individu, dan bisa dilakukan dirumah atau dikomunitas.

1. Karakteristik *literature review* pada 2 artikel jurnal pengaruh senam anti stroke terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi, antara lain: usia yang ditemukan rata-rata memiliki rentan usia antara 60-75 tahun, tidak menunjukkan jenis kelamin terbanyak, tidak menunjukkan pekerjaan terbanyak, rata-rata responden memiliki riwayat hipertensi dan pada kedua literatur tidak menunjukkan responden memiliki riwayat minum obat hipertensi.
2. Karakteristik *literature review* pada 4 artikel jurnal pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi, antara lain: rentan usia antara 45-80 tahun, jenis kelamin wanita lebih banyak dibanding laki-laki, pekerjaan terbanyak adalah ibu rumah tangga, rata-rata responden memiliki riwayat hipertensi walaupun dibebarepa artikel hanya menderita hipertensi tipe 1 dan kemungkinan belum memiliki komplikasi, dan rata-rata memiliki riwayat minum obat hipertensi.
3. Dari 2 artikel jurnal *literature review*: pengaruh pemberian senam anti stroke terhadap tekanan darah penderita hipertensi terdapat pengaruh

yang signifikan terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi  $p \text{ value} < 0,05$ .

4. Dari 4 artikel jurnal *literature review*: pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap tekanan darah penderita hipertensi terdapat pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi  $p \text{ value} < 0,05$ .

## B. Saran

Dalam penyusunan *literature review* peneliti baru pertama kali. Jadi peneliti menganjurkan agar mahasiswa atau pembaca dapat mengetahui proses *literature review* dengan baik dan benar. Berdasarkan pembahasan dan hasil penelitian dari artikel jurnal yang telah ditelaah, peneliti menyarankan bahwa kombinasi senam anti stroke dan aromaterapi lavender dapat dilakukan oleh penelitian selanjutnya untuk membuktikan efektifitas terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi. Dan diharapkan dari hasil penelitian ini dapat memberikan informasi yang dibutuhkan dalam pendidikan keperawatan untuk menambah wawasan mengenai terapi nonfarmakologi, yang bisa diberikan pada penderita hipertensi.