

## BAB VI PENUTUP

### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari pembahasan dapat disimpulkan bahwa:

- 6.1.1 Persentase terbesar pada penelitian ini berada pada: usia (46-65 tahun) pada kelompok kontrol sebesar 61,1% dan kelompok intervensi 56,8%, jenis kelamin terbanyak adalah perempuan pada kelompok control sebesar 83,3% dan kelompok intervensi sebesar 70,3%, IMT terbanyak pada kelompok kontrol yaitu IMT normal sebesar 50,0% dan pada kelompok intervensi yaitu berat badan lebih sebesar 43,2%, riwayat DM terbanyak yaitu tidak ada riwayat DM pada kelompok kontrol sebesar 63,9% dan kelompok intervensi sebesar 59,5%, merokok terbanyak yaitu tidak merokok pada kelompok kontrol sebesar 61,1% dan kelompok intervensi sebesar 37,8%, pengobatan terbanyak yaitu pengobatan medis pada kelompok control sebesar 63,9% dan kelompok intervensi sebesar 62,2%.
- 6.1.2 Tidak ada pengaruh usia dengan tekanan darah dengan *p value* >0,05
- 6.1.3 Tidak Ada pengaruh jenis kelamin dengan tekanan darah dengan *p value* >0,05
- 6.1.4 Ada pengaruh IMT dengan tekanan darah dengan *p value* <0,05
- 6.1.5 Tidak Ada pengaruh Riwayat DM dengan tekanan darah dengan *p value* >0,05
- 6.1.6 Tidak Ada pengaruh merokok dengan tekanan darah dengan *p value* >0,05
- 6.1.7 Ada pengaruh pengobatan dengan tekanan darah dengan *p value* <0,05
- 6.1.8 Terdapat perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah *Circulo Massage* dengan *p value* <0,05 (p=0,000)

6.1.9 *Circulo Massage* dan variabel *confounding* penderita hipertensi secara simultan berpengaruh pada dengan nilai *P Value* <0,05 ( $p=0,000$ )

## 6.2 Saran

### 6.2.1 Bagi bagi pasien dan keluarga

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian *Circulo massage* dapat memberikan pengaruh pada perubahan tekanan darah pasien hipertensi. Oleh karena itu direkomendasikan kepada pasien untuk mencari terapi *Circulo massage* yang dilakukan oleh orang-orang yang sudah bersertifikat selama 3 kali dalam 1 minggu selama 2 minggu berturut-turut. Hal ini dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien hipertensi.

### 6.2.2 Bagi pelayanan kesehatan

Diharapkan pelayanan kesehatan dapat menganjurkan tim kesehatan untuk mengikuti pelatihan *Circulo Massage*, sehingga nantinya dapat di aplikasikan sebagai suatu tindakan mandiri dari perawat dalam memberikan edukasi dalam asuhan keperawatan secara holistik kepada pasien hipertensi maupun keluarga. Penelitian ini diharapkan menjadi salah satu masukkan dalam penatalaksanaan perawatan pasien hipertensi di tatanan komunitas atau panti werda sebagai upaya untuk peningkatan derajat kesehatan dengan cara memotivasi pasien agar menjaga berat badan ideal dengan melakukan aktifitas fisik seperti berolahraga, memotivasi untuk patuh menjalani pengobatan, dan juga melakukan terapi komplementer salah satunya *circulo massage* untuk meringankan atau menurunkan tekanan darah pasien.

### 6.2.3 Bagi peneliti selanjutnya

Disarankan untuk melanjutkan penelitian ini dengan melihat faktor-faktor lain yang dapat berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pasien hipertensi, peneliti menyarankan untuk melakukan penelitian lanjutan terhadap genetik, kurang olahraga,

konsumsi garam berlebihan dan stress yang dapat mempengaruhi tekanan darah pasien.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adikusuma, W., Qiyaam, N & Yuliana, F. (2015) Kepatuhan Penggunaan Obat Antihipertensi Di Puskesmas Pagesangan Mataram. *Jurnal Pharmascience* Vol 2 No 2.
- Alligood, M. R. (2017). *Pakar Teori Keperawatan Dan Karya Mereka*. (A. Hamid, Ed.). Singapore: Elsevier.
- American Heart Association. (2017). *Guideline For The Prevention, Detection, Evaluation, And Management Of High Blood Pressure In Adults. Guidelines Made Simple. A Selection Of Tables And Figures. Diambil Kembali Dari American Heart Association And American College Of Cardiology: [https://www.acc.org/~media/non-clinical/files-pdfs-excel-mwordetc/guidelines/2017/guidelines Made Simple 2017 Hbp.Pdf](https://www.acc.org/~media/non-clinical/files-pdfs-excel-mwordetc/guidelines/2017/guidelines%20made%20simple%202017%20hbp.pdf)*
- Anggraini, Y. D. (2016). Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisis Di Rsud Blambangan Banyuwangi. Digital Repository Universitas Jember .
- Anonim. (2016). *Konsensus Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Indonesia*, Pb.Perkeni, Jakarta.
- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aulia, I.M. (2014). *Undang-undang Keperawatan dan Dilengkapi Dengan Undang-undang Terkait*. Jakarta : Sinar Grafika.
- Azami, H., Paveh, B. K., Rezaei, M., & Samadzadeh, S. (2016). *Short Time Foot Massage Effects On Mean Arterial Pressure Of Neurosurgical Patients Admitted To Icu The Impacts Of Short-Term Foot Massage On Mean Arterial Pressure Of Neurosurgical Patients Hospitalized In Intensive Care Units*.
- Baik, H., Sopian, H & Supriyadi. (2020). Pengaruh Pemberian Masase Dalam Penurunan Nyeri Kepala Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Dasan Tereng Wilayah Kerja Puskesmas Narmada. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (Jik)* Vol 10, No.1 Juli.

- Black, J & Hawks, J. (2014). Keperawatan Medikal Bedah: Manajemen Klinis Untuk Hasil Yang Diharapkan. Dialihbahasakan Oleh Nampira R. Jakarta: Salemba Emban Patria.
- Dinas Kesehatan (Dinkes). (2019). Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah Tahun 2019. Palu: Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah.
- Fitriani, D & Sitepu, P. (2018). Pengaruh *Massage* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Bakti Jaya Setu Tangerang Selatan. *Edudharma Journal* Vol 2 No.2, September 2018.
- Eppang, M & Prabawati, D. (2020). Efektivitas *Massage Effleurage* Terhadap Sensasi Proteksi Kaki Pada Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan* Volume 16, No 1, Juni 2020, Hal 1-7
- Fatmawati, V. (2013). *The Decreasing Pain And Disability With Integrated Neuromuscular Inhibition Techniques (Init ) And Massage Effleurage In Myofacial Trigger Point Of Upper Trapezius Muscle. Sport And Fitness Journal*, 1(1), 60–71.
- Ferri, F. F. (2017). *Ferri's Clinical Advisor 2017: 5 Books In 1. Philadelphia: Elsevier, Inc.*
- Fitri, Y., Mulyani, N., Fitrianiingsih, E & Suryana. (2016). Pengaruh Pemberian Aktifitas Fisik (*Aerobic Exercise*) Terhadap Tekanan Darah, Imt Dan Rlpp Pada Wanita Obesitas. *Jurnal Action: Aceh Nutrition Journal*, November 2016; 1 (2):105-110.
- Guyton, A. C & Hall, J. E. (2014). Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Edisi 12. Jakarta : Egc, 1022
- Hayati, N., Nugraha, A & Fransiska, D. (2020). *Massage Effleurage* Pada Bagian Punggung, Tangan, Bahu, Leher Menurunkan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Fase 1. *Jurnal Keperawatan & Kebidanan*. Volume 4 Nomor 1.
- Hidayat, N., Kusumawaty, J., & Ginanjar, E. (2016). Hubungan Jenis Kelamin Dengan Intensitas Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah *Factors Related Events Sex With Hypertension In Elderly Work Area Health District Lakkok Ciamis*. 16(2), 46–51.

- Irawani, A & Indriani, Y. (2020). *Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Lansia. Syntax Literate : Jurnal Ilmiah Indonesia* P-ISSN: 2541-0849 E-ISSN : 2548-1398 Vol. 5, No. 10, Oktober 2020.
- JNC VIII. (2017). *The Eight Report Of The Joint National Committee. Hypertension Guidelines: An In-Depth Guide. Am J Manag Care*
- Juliantri, V., Nurfianti, A & Maulana, A. (2015). Efektivitas *Massage* Ekstremitas Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Pratama Universitas Tanjungpura. *Jurnal Cerebellum*. Volume 1 Nomor 3.
- Kementrian Kesehatan. (2019). *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat, Departemen Kesehatan RI, Jakarta.*
- Prastowo, K. (2014). Perbandingan Efektivitas *Circulo Massage* Dan *Sport Massage* Dalam Mengatasi Kelelahan Kerja Karyawan Laki - Laki Gadjar Mada Medical Center. *Jurnal Ilmiah Indonesia. Klinik Terapi Fisik Fik UNY.*
- Lasalle & Jones, L. (2016). *A New Era Of Coworking. Obtenido De Http://Www. Ap. Jll. Com/Asiapacific/En-Gb/Research/A-New-Era-Of.*
- Murti, N. (2017). Efek *Circulo Massage* Terhadap Gangguan Tidur Pada Wanita Lansia Di Posyandu Lansia Cebongan Ngestiharjo Kasihan Bantul. *Fakultas Ilmu Keolahragaan. Yogyakarta.*
- Nopitasari, B., Adikusuma, W., Qiyaam, N & Fatmala, A. (2018). Pengaruh Kepatuhan Dan Ketepatan Waktu Minum Obat Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi Primer. *Program Studi Diii Farmasi, Universitas Muhammadiyah Mataram. Jurnal, Vol. 23 No. 2 Agustus 2018, Hal. 28-32.*
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2012). *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta*
- Novitaningtyas, T. (2014). Hubungan Karakteristik (Umur, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan) Dan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Kelurahan Makamhaji Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo, Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Padila. (2013). *Asuhan Keperawatan Penyakit Dalam. Yogyakarta: Nuha Medika*

- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2014). *Essentials Of Nursing Research Seventh Edition Appraising Evidence For Nursing Practice*. In Lippincott Williams & Wilkins.
- Ponto, Lw., Kandou, Gd & Mayulu, N (2016). Hubungan Antara Obesitas, Konsumsi Natrium, Dan Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Orang Dewasa Di Puskesmas Tompaso Kabupaten Minahasa. *Paradigma*, 4(2): 115-129.
- Purnama, J. (2014). Efektifitas *Circulo Massage* Dalam Pemulihan Kelelahan Otot Mahasiswa Semester Vi. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Yogyakarta.
- Ramadhan, J. A. (2015). *Mencermati Berbagai Gangguan Pada Darah Dan Pembuluh Darah*. Yogyakarta: Diva Press.
- Marliani & Rosleny. (2015). *Psikologi Industri & Organisasi*. Bandung: Pustaka Setia.
- Moraska, A. (2019). *A Randomized Trial Of Massage Therapy After Heart Surgary. Heart & Lung: The Journal Of Acute And Critical Care*, 38 (6), 480-490. Missouri: Mosby Elsevier.
- Murti, N. (2017). Efek *Circulo Massage* Terhadap Gangguan Tidur Pada Wanita Lansia Di Posyandu Lansia Cebongan Ngestiharjo Kasihan Bantul.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Ri Tahun 2018*. Diakses Agustus 2018.
- Setiadi. (2007). *Konsep Dan Penulisan Riset Keperawatan*. Cetakan Pertama. Graha Ilmu: Yogyakarta
- Setyanda, Y. O., Sulastri, D., & Lestari, Y (2015). Hubungan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi Pada Laki-Laki 35-65 Tahun Di Kota Padang. *J Kes Andalas*. 4(2): 437-8.
- Sinurat, L., Wijayanti, C., & Adyatmaka, A. (2016). Pengaruh *Swedish Massage* Terhadap Perubahan Tekanan Darah, *Heart Rate* Dan Tingkat Stres Di Puskesmas Helvetia Medan. *Jurnal Kesehatan Surya Nusantara*.
- Smantummkul, C., Sutrisna, E., & Suharsono. (2014). Tingkat Kepatuhan Penggunaan Obat Antihipertensi Pada Pasien Hipertensi Di Instalasi Rawat

- Jalan Rumah Sakit X Pada Tahun 2014. *Retrieved From*  
*Http://Scholar.Google.Co.Id*
- Subandiyo. (2014). Pengaruh Pijat Tengkuik Dan Hipnotis Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Soedirman. Program Pascasarjana Universitas Diponegoro.*
- Suiraoaka, I. (2012). Penyakit Degeneratif: Mengenal, Mencegah Dan Mengurangi Faktor Risiko 9 Penyakit Degeneratif (Pertama). Yogyakarta: Nuha Medika.
- Supa'at, Zakaria, Maskon, Aminuddin & Megat. (2013). *Effect Of Swedish Massage Therapy On Blood Pressure, Heart Rate, And Inflammatory Markers In Hypertensive Women. Evidence Based Complementary And Alternative Medicine , 1-8.*
- Supardi, S. & Rustika. (2013). *Metodologi Riset Keperawatan.* Jakarta: Cv Trans Info Media.
- Susilo, W. H., Aima, M. H., & Suprpti, F. (2014). *Biostatistika Lanjut Dan Aplikasi Riset.* Trans Info Media
- Sutanto. (2010). *Cekal (Cegah Dan Tangkal) Penyakit Modern Hipertensi, Stroke, Jantung, Kolestrol, Dan Diabetes.* Yogyakarta: C.V Andi Offset.
- Sutriyawan, A & Anyelir, P. (2019). Hubungan Perilaku Merokok Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Neglasari Kota Bandung. *Jurnal Kesehatan Masyarakat, Vol. 4, No. 3.*
- Syamsudin. (2011). *Buku Ajar Farmakoterapi Kardiovaskular Dan Renal.* Jakarta: Penerbit Salemba Medika Pp 31
- Snyder & Lindquist. (2019). *Complementary & Alternative Therapies In Nursing. Sixth Edition. New York: Springer Publishing Company.*
- Tjekyan, R.M Suryadi. (2017). Prevalensi Dan Faktor Risiko Penyakit Ginjal Kronik Di Rsup Dr.Muhammad Hoesin Palembang. *Bagian Ilmu Kesehatan ,Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya, Pp. 277*
- Trionggo, I & Ghofar, A. (2015). *Panduan Sehat Sembuhkan Penyakit Dengan Pijat Dan Herbal.* Yogyakarta : Indoliterasi.
- Triyanto, E. (2014). *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu.* Yokyakarta: Graha Ilmu.



- Trybahari, R., Busjra & Azzam, R. (2019). Perbandingan *Slow Deep Breathing* Dengan Kombinasi *Back Massage* Terhadap Tekanan Darah. *Journal Of Telenursing (Joting)*. Jakarta.
- Udani, Giri. (2017). Pengaruh *Massase* Pada Penderita Hipertensi Di Uptd Panti Tresna Werdha Lampung Selatan. *Jurnal Kesehatan*, Volume Vii, Nomor 3.
- Wara, Kushartanti. (2012). Fisiologi Dan Kesehatan Olahraga. Fakultas Ilmu Keolahragaan: Uny
- Weerapong, P., Hume, P. A., & Kolt, G. S. (2005). *The Mechanisms Of Massage And Effects On Performance, Muscle Recovery And Injury Prevention. Sports Medicine*, 35(3), 235–256
- Widyaningrum, T. (2020). Pengaruh *Swedish Massage* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Ht Di Rs Rs An-Nisa Tangerang. Stikes Yatsi Tangerang, Banten, Indonesia
- Wijaya (2013). Keperawatan Medikal Bedah I. Yogyakarta. Nuha Medika.
- Wiknjosastro, Hanifa. (2016). Ilmu Bedah Kebidanan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Wolf, P. (2015). Cara Mendeteksi Dan Mencegah Tekanan Darah Tinggi Sejak Dini. Jakarta: Penerbit Pt. Bhuana Ilmu Populer.
- World Health Organization. (2019). A Global Brief On Hypertension [Internet]. Geneva: World Health Organization; 2019. Available From: [https://www.who.int/cardiovascular\\_diseases/publications/global\\_brief\\_hypertension/en/](https://www.who.int/cardiovascular_diseases/publications/global_brief_hypertension/en/).
- Yuliarti. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Usia Lanjut Di Posbindu Kota Bogor.
- Yulingga, H., Ardhi, I & Slamet, J. (2019). Cara Cepat Kuasai *Massage* Kebugaran Berbasis Aplikasi Android. Cv. Kasih Inovasi Teknologi.