

## BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus mengenai Pengaruh Kombinasi Terapi Murottal dan *Slow Stroke Back Massage* (TiMun Mas) untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia maka dapat disimpulkan:

1. Gambaran tekanan darah lansia setelah diberikan kombinasi terapi murottal dan *slow stroke back massage* selama 3 hari yaitu terjadi penurunan rata-rata tekanan darah *pre* dan *post* sebesar 8 mmHg pada tekanan darah sistolik dan sebesar 4 mmHg pada tekanan darah diastolik. Rata-rata tekanan darah ketiga lansia sebelum dilakukan terapi adalah 187 mmHg (sistolik) dan 102 mmHg (diastolik). Pada hari ketiga setelah diberikan kombinasi terapi murottal dan *slow stroke back massage* (TiMun Mas), rata-rata tekanan darah responden mengalami penurunan menjadi 141 mmHg (sistolik) dan 81 (diastolik).
2. Hasil analisis menggunakan Uji *Wilcoxon* didapatkan sig. (2-tailed) sistolik bernilai 0,008 dan diastolik bernilai 0,012 dimana kedua nilai tersebut  $<0,05$  yang artinya terdapat perbedaan antara hasil *pre* dan *post* pemberian terapi sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian kombinasi terapi murottal dan *slow stroke back massage* (TiMun Mas) terhadap penurunan tekanan darah lansia.

### 5.2 Saran

Saran yang dapat peneliti sampaikan sesuai dengan hasil penelitian adalah kombinasi terapi murottal dan *slow stroke back massage* (TiMun Mas) merupakan terapi yang mudah untuk dilakukan mandiri, murah, dan efisien untuk menurunkan tekanan darah pada lansia. Oleh karena itu, diharapkan terapi TiMun Mas dapat menjadi alternatif intervensi keperawatan untuk menurunkan tekanan darah. Perawat dapat memberikan intervensi TiMun Mas ketika melakukan asuhan keperawatan dan dapat dijadikan bahan kajian dalam peningkatan pelayanan kesehatan dengan memberikan informasi tentang pengaruh kombinasi terapi murottal dan *slow stroke back massage* (TiMun Mas) untuk menurunkan tekanan darah pada lansia. Untuk penelitian selanjutnya, penerapan terapi murottal dapat

menggunakan *headset* atau alat sejenisnya kepada klien, sehingga klien dapat focus mendengarkan murottal tanpa gangguan suara dari luar. Untuk keluarga klien diharapkan dapat memberikan dukungan kepada klien dengan menerapkan terapi TiMun Mas secara mandiri. Dukungan keluarga tersebut dapat berupa melakukan *slow stroke back massage* kepada klien serta memberikan fasilitas rekaman murottal surat Ar-Rahman kepada klien.

