

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang dilakukan dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden dalam penelitian ini, jenis kelamin terbanyak adalah wanita dengan jumlah 17 orang (56,7%). Usia responden terbanyak dalam penelitian ini yaitu berumur 60 – 65 tahun dengan presentase 26,7%. Pekerjaan responden terbanyak dalam penelitian ini adalah IRT dengan presentase 30%.
2. Terdapat penurunan rata-rata tekanan darah sebanyak 21,33 mmHg pada kelompok intervensi.
3. Terdapat penurunan rata-rata tekanan darah sebanyak 7,33 mmHg pada kelompok kontrol.
4. Ada perbedaan yang signifikan antara penurunan rata-rata tekanan darah antara kelompok intervensi *emotional freedom technique* dan kelompok kontrol dengan nilai p value 0,000 ($p < 0,05$).
5. Ada pengaruh *Emotional Freedom Technique* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

B. Saran

Berdasarkan hasil, pembahasan dan kesimpulan penelitian tentang pengaruh *Emotional Freedom Technique* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi, beberapa saran yang diajukan sebagai bahan pertimbangan adalah:

1. Bagi Ilmu Keperawatan

Untuk institusi pendidikan di bidang keperawatan, dapat memasukkan atau mengajarkan kepada mahasiswa tentang terapi *Emotional Freedom Technique* ini sebagai salah satu terapi komplementer dan untuk perawat dapat membantu implementasi *Emotional Freedom Technique* di masyarakat.

2. Bagi Puskesmas Sewon II

Membantu sosialisasi dan implementasi *Emotional Freedom Technique* pada masyarakat sebagai terapi komplementer melalui tenaga kesehatan yang berwenang.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti yang akan datang yang berminat untuk mendalami dan mengembangkan terapi *Emotional Freedom Technique* terhadap penurunan tekanan darah hendaknya mempertimbangkan dengan faktor-faktor lain yang mempengaruhi tekanan darah yaitu obesitas, riwayat keluarga, merokok dan faktor etnik, serta memperhatikan waktu pemberian intervensi *Emotional Freedom Technique* harus dengan teratur secara berturut-turut.