

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan: tekanan darah sistol pada pasien hipertensi esensial di RSUD Panembahan Senopati Bantul sebelum diberikan intervensi tekanan darah sistol mengalami penurunan, sedangkan tekanan darah diastol tidak mengalami penurunan. Tekanan darah sistol dan diastol pasien hipertensi esensial di RSUD Panembahan Senopati Bantul sesudah diberikan intervensi mengalami penurunan. Ada perbedaan penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Ada pengaruh teknik relaksasi otot progresif dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi esensial.

B. Saran

Saran yang dapat diberikan peneliti sebagai berikut:

1. Bagi pasien
Sebagai gambaran untuk berpartisipasi mengontrol tekanan darah dengan melakukan teknik relaksasi otot progresif.
2. Bagi RSUD Panembahan Senopati Bantul
Sebagai masukan untuk menggunakan terapi non farmakologi dengan menggunakan teknik relaksasi otot progresif dalam menurunkan tekanan darah pasien hipertensi esensial.
3. Bagi peneliti selanjutnya
Peneliti yang akan datang hendaknya mengembangkan hasil penelitian ini dengan menghubungkan dengan faktor-faktor lain yang mempengaruhi tekanan darah yaitu usia, obesitas, riwayat keluarga dan kelompok etnik.