

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

Dalam bab ini akan membahas tentang simpulan dan saran dari hasil penelitian yang sudah dilakukan.

5.1 Kesimpulan

1. Hasil penelitian menunjukkan sebelum dilakukannya terapi *Ling Tien Kung* yaitu dengan mengidentifikasi tekanan darah dari 24 responden. Didapatkan hasil bahwa dari 24 responden, terdapat 5 responden yang menderita hipertensi derajat 1 dengan prosentase 20,8 %, 14 responden yang menderita hipertensi derajat 2 dengan prosentase 58,3 %, dan 5 responden yang menderita hipertensi derajat 3 dengan prosentase 20,8 %.
2. Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan tekanan darah sesudah dilakukannya terapi *Ling Tien Kung*. Dari 24 responden setelah diberikannya perlakuan terapi, didapatkan hasil bahwa seluruh responden (100%) mengalami penurunan tekanan darah, tidak ada yang mengalami peningkatan ataupun tekanan darah tetap.
- 3) Berdasarkan hasil uji *Wolcoxon Signed Rank Test* diketahui bahwa *Asymp. Sig. (2-tailed)* bernilai 0,00 yang artinya bahwa $p\text{-value} < \alpha (0,05)$ sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang artinya ada pengaruh terapi *Ling Tien Kung* terhadap perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi di Dusun Mlirip, Desa Mlirip, Kecamatan Jetis, Mojokerto.

5.2 Saran

1. Bagi Instansi Pendidik

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi instansi pendidikan keperawatan tentang hipertensi melalui olah fisik terapi *Ling Tien Kung* dan sebagai referensi baru yang menarik untuk dikembangkan pada penelitian selanjutnya.

2. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menggugah keinginan perawat dalam mengembangkan keilmuannya khususnya dalam melengkapi konsep-konsep intervensi keperawatan dalam penyusunan Asuhan Keperawatan untuk pengendalian penyakit Hipertensi. Banyak manfaat yang diambil dari terapi ini yaitu lebih banyak melatih pernafasan dan diafragma, gerakan terapi *Ling Tien Kung* tidak berlebihan, berirama, dan tidak membuang energi seperti senam atau terapi yang lainnya akan tetapi mengambil energi dari alam, menstabilkan hormon dalam tubuh, mencegah berbagai penyakit degeneratif, dan mampu menyembuhkan seseorang dengan gangguan tidur maupun penyakit kronis, sederhana tetapi banyak manfaatnya.

3. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat meningkatkan wawasan dan pengetahuan masyarakat terutama bagi pasien Hipertensi tentang alternatif non-Farmakologi untuk menjaga kestabilan tekanan darah bagi diri mereka.