

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Asuhan Akupunktur dapat untuk kasus Hipertensi pada Tuan X di Panti Sehat “A” Nganjuk. Penusukan jarum akupunktur pada kasus hipertensi dapat menurunkan tekanan darah secara signifikan tiga kali terapi dalam satu minggu dengan rentang waktu satu hari, pemberian asuhan Akupunktur selama tiga kali dalam satu minggu dapat menurunkan tekanan darah dan asuhan Akupunktur dapat menjadi alternatif terapi yang digunakan untuk mengatasi Hipertensi atau tekanan darah.

5.2 Saran

1. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya supaya meneliti jenis sindrom yang lain seperti akumulasi dahak keruh, aktivitas berlebihan yang dengan defisiensi yin, dan defisiensi yin dan yang dapat mempengaruhi asuhan akupunktur untuk kasus Hipertensi

2. Bagi petugas kesehatan

Bagi tenaga kesehatan khususnya Akupunktur di harapkan meningkatkan penyuluhan kepada penderita Hipertensi tentang manfaat utama Akupunktur antara lain yaitu: Akupunktur bisa mengurangi nyeri akibat sakit kepala kronis. Selain itu Akupunktur juga dapat memelihara keseimbangan tubuh dengan mengurangi ketegangan dan stress serta

meningkatkan kekebalan tubuh terhadap perubahan lingkungan atau penyakit.

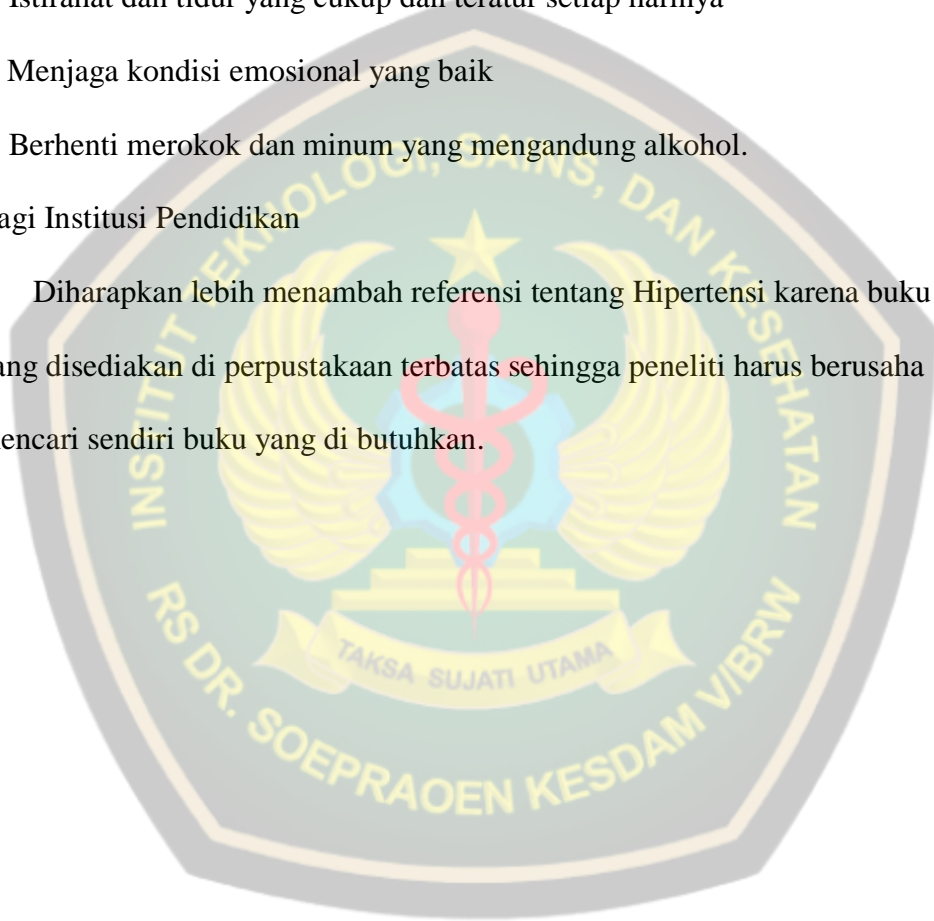
3. Bagi penderita Hipertensi

Bagi penderita Hipertensi agar bisa Pencegah pemicu timbulnya kasus Hipertensi antara lain .:

- a. Mengurangi makanan yang berlemak dan karbohidrat tinggi, banyak makan sayuran, makan berserat, buah-buahan, susu rendah lemak.
- b. Istirahat dan tidur yang cukup dan teratur setiap harinya
- c. Menjaga kondisi emosional yang baik
- d. Berhenti merokok dan minum yang mengandung alkohol.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan lebih menambah referensi tentang Hipertensi karena buku yang disediakan di perpustakaan **terbatas** sehingga peneliti harus berusaha mencari sendiri buku yang di butuhkan.



DAFTAR PUSTAKA

- Baradero, M., Dayrit, M. W., & Siswadi, Y.(2008). Klien gangguan kardiovaskuler: seri asuhan keperawatan. Jakarta: EGC.
- Daniel Sakti. Pengaruh Terapi Akupresur pada pasien Hipertensi di klinik Synergy Mind Health Surakarta:Skripsi, 2014.
- Dalimartha, S.Purnama, B.T Sutarina, N. Mahendra, B. & darmawan,, R. Care your self hipertensi. Depok : Penebar Plus. 2008
- Ekawati. Sulistyowati. *Menganalisis penyebab hipertensi dan gejala hipertensi pada lansia*: Jakarta: TIM, 2009
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. Penyakit Tidak Menular. Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan,2012.
- Komariah, (2011). Metodologi Penelitian Kualitatif, Jakarta Indonesia : Yayasan Bina Pustaka
- Kowalski, RE. Terapi hipertensi : program 8 minggu menurunkan tekanan darah tinggi dan mengurangi resiko serangan jantung dan stroke secara alami. Bandung : Penerbit Qanita. 2010
- Moeloeng, 2007. *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung Indonesia : Remaja Rosdakarya
- Nursalam. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika. 2008.
- Nyimas Rodiah dkk, “Perbandingan Efek Akupunktur Telinga dengan Akupunktur tubuh terhadap Tekanan Darah dan Kadar Nitrit Oksida pada

- Pasien Hipertensi Esensial di puskesmas Kecamatan Jatinegara”:
Universitas Indonesia, 2013.
- Pudiasuti, R.D. *Penyakit-penyakit mematikan*. Yogyakarta : Nuha Medika. 2013.
- Sari, C. Y. Penggunaan Buah Mengkudu (Morindacitrifolia.) Untuk Menurunkan Tekanan Darah Tinggi. *Majority*, 4(03).2015. Komariah, (2011). *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Jakarta Indonesia : Yayasan Bina Pustaka
- Saputra, K. (2005). *Akupunktur Indonesia*. Jakarta Indonesia : Airlangga University Press.
- Santoso. Idcuq. *Hipertensi Pada Lansia Di Panti Social Tresna Werdha Gau Kabupaten Gowa*. Skripsi.Makassar. Fakultas Ilmu Kesehatan UIN Alauddin. 2011.
- Saryono, (2013). *Metodologi Penelitian Kualitatif dalam Bidang Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Sin Kie Jie, Ph. D in Acupuncture. 2010. *Ilmu Titik Akupunktur*
- Susilo, Y & Wulandari, A. *Cara Jitu Mengatasi Hipertensi*. Andi : Yogyakarta. 2011
- Sugiyono, (2012). *Memahami Penelitian Kualitatif*, Bandung Indonesia : Alfabeta
- W. Zhou, L.-W. Fu, S. C. Tjen-A-Looi, P. Li, and J. C. Longhurst, “Afferent mechanisms underlying stimulation modality-related modulation of acupuncture-related cardiovascular responses,” *Journal of Applied Physiology*, 2005.
- Yin, G, Zhenghua Liu.2000. *Advanced Modern Chinese Acupuncture Therapy*. Beijing: New World Press