

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Dari hasil penelitian yang diperoleh dan pengolahan data yang dilakukan oleh peneliti dengan judul Gambaran tekanan darah pada lansia setelah mengikuti kegiatan terapi dzikir di panti jompo griya lansia wajak Kabupaten Malang, maka dapat disimpulkan bahwa setelah mengikuti kegiatan terapi dzikir, tekanan darah dengan kategori sistolik cenderung lebih besar masuk pada kategori normal tinggi dengan jumlah 11 lansia, hipertensi derajat I dengan jumlah 6 lansia dan sisanya berada pada kategori hipertensi derajat II. Sedangkan tekanan darah dengan kategori diastolik cenderung lebih besar masuk pada kategori hipertensi derajat I dengan jumlah 16 lansia, dan sisanya berada pada kategori hipertensi derajat II.

5.2 Saran

Setelah melakukan penelitian terhadap Gambaran tekanan darah pada lansia setelah mengikuti kegiatan terapi dzikir di panti jompo griya lansia wajak Kabupaten Malang, Maka peneliti menyarankan hal-hal sebagai berikut :

1. Bagi institusi Pendidikan

Direkomendasikan kepada institut pendidikan agar hasil penelitian ini dapat ditambahkan kedalam kepustakaan sebagai hasil kajian tentang pemenuhan kebutuhan tidur lansia dan dijadikan sebagai bahan acuan untuk pengembangan penelitian dan kajian ilmiah mahasiswa

2. Bagi Pendidikan Keperawatan

Direkomendasikan kepada mahasiswa keperawatan agar penelitian ini dapat menjadi dasar pertimbangan khususnya bagi keperawatan gerontik dalam mengontrol tekanan

darah pada lansia dengan menggunakan terapi dzikir sebagai pengobatan non farmakologi dalam menurunkan tekanan darah.

3. Bagi Peneliti

Direkomendasikan kepada peneliti selanjutnya agar hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian tentang tekanan darah pada lansia setelah mengikuti kegiatan terapi dzikir

4. Bagi Masyarakat / responden

Direkomendasikan bagi masyarakat / responden sebagai salah satu pengobatan nonfarmakologi untuk menurunkan tekanan darah pada lansia.



DAFTAR PUSTAKA

- Carey RM, Whelton PK, for the 2017ACC/AHA Hypertension guideline writing committee. Prevention, detection, evaluation, and management of high blood pressure in adults: Synopsis of the 2017 American College of Cardiology/American Heart Association hypertension guideline. *Ann Intern Med.* 2018;168(5):351
- Marhaendra, Yudha Adidarma, Basyar, E. and Adrianto, A.Ari. (2016). PENGARUH LETAK TENSIMETER TERHADAP HASIL PENGUKURAN TEKANAN DARAH - Diponegoro University | Institutional Repository (UNDIP-IR). *Undip.ac.id*. [online] Available at: <http://eprints.undip.ac.id/50884/> [Accessed 15 Oct. 2021].
- 2018 ESC/ESH Guidelines for the management of arterial hypertension Bryan Williams, Giuseppe Mancia, Wilko Spiering, Enrico Agabiti Rosei, Michel Azizi, Michel Burnier, Denis L Clement, Antonio Coca, Giovanni de Simone, Anna Dominiczak, 2018 ESC/ESH Guidelines for the management of arterial hypertension European, Heart Journal, Volume 39, Issue 33, 01 September 2018, Pages 3021–3104
- Adelia, R. (2021). Tradisi Dzikir Dalam Mujahadah Di Pondok Pesantren Putri Roudlatul Qur'an 3 Lampung Timur-Raden Intan Repository. *Radenintan.ac.id*. [online] Available at: <http://repository.radenintan.ac.id/15315/> [Accessed 16 Oct. 2021].
- Albaar, R. (2019). Terapi zikir R tib Al Atta s dalam mereduksi stres pada penderita Hipertensi di Kelurahan Krembangan Utara Surabaya - Digilib UIN Sunan Ampel Surabaya. *Uinsby.ac.id*. [online] Available at: <http://digilib.uinsby.ac.id/32005/> [Accessed 16 Oct. 2021].
- Amin, Samsul Munir, dkk, Energi Dzikir, Jakarta: Amzah, 2014
- Depkes RI. (2013). Riset Kesehatan Dasar, Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- DWI, H. (2019). Penerapan response time p rawat dalam pelaksanaan penentuan prioritas penanganan kegawatdaruratan jantung di IGD RSUD Prof. Dr MA Hanafiah SM Batusangkar 2019 - Repository Universitas Perintis Indonesia. *Stikesperintis.ac.id*. [online] Available at: <http://repo.stikesperintis.ac.id/1302/> [Accessed 15 Oct. 2021]
- Fandiani, Y.M. 2017. Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Kualitas tidur Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember. Skripsi. Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember.
- Faradini, dkk. 2016. Gambaran Tekanan Darah Pra Dan Pasca Berdzikir Pada Anggota Majelis Zikir Al-Hidayah Pekanbaru. *JOM FK Vol.3 No.2 Oktober 2016*
- Hadi, A. (2018). Pengaruh Dzikir Rati Al-Haddad Terhadap Psychological Well Being Pada Jama'ah Majelis Al- Awwabien PALEMBANG DARUSSALAM - Repository UIN Raden Fatah Palembang. *Radenfatah.ac.id*. [online] Available at: <http://repository.radenfatah.ac.id/3537/> [Accessed 16 Oct. 2021].
- Haqiqi, Musthafa Syaikh Ibrahim Karomah Ahli Dzikir, Solo: Perpustakaan Nasional RI, 2013.
- Ibnu At illah al-Sakandari, "Mift h al-Falah wa al- Misb h al-Arw h" dalam Sheikh Abdul Q dir Isa, Hakikat Tasawuf , 95.

- Ibnu al-Qayyim al-Jawziah, "al-W bil al-Şayyib min al-Kalīm al-Ṭayyib", dalam Sheikh Abdul Q dir Isa, Hakikat Tasawuf, 95.
- Junaidi I. Hipertensi pengenalan, pencegahan, dan pengobatan. Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer; 2010.
- Kandou, F.M., Bahrun, Sherwin R.U.A. Sompie and Narasiang, B.S. (2018). Rancang Bangun Alat Ukur Tekanan Darah Manusia Menggunakan Sensor 2SMPP Yang Dapat Menyimpan Data. *Jurnal Teknik Elektro dan Komputer*, [online] 3(4), pp.57–64. Available at:
<https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/elekdankom/article/view/6001/0> 52
 [Accessed 15 Oct. 2021].
- Karson, 2016, Keperawatan Sistem Kardiovaskuler. Trans Info Media Jakarta Kementerian Kesehatan RI. (2014). Hipertensi, InfoDATIN Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. 17 Mei 2014. Jakarta Selatan.
- Kurniasih, Idha, dan Riza Setiawan, Muhammad. 2 11. "Analissi Faktor Resiko Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Srandol Semarang Bulan SeptemberOktober 2 11". Semarang: Jurnal Kedokteran Vol 1 No 2.
- Mangarahon, D. and Simangunsong, T. (2013). [online] 21(1), pp.1248– 1265. Available at:http://akademik.uhn.ac.id/portal/public_html/KEDOKTERAN/David_Simangunsong/Jurnal/Visi%2021%20No.%201%20Februari%202013.pdf.
- Meilintina, Y. (2020). HUBUNGAN KADAR NATRIUM DAN KADAR KALIUM DENGAN TEKANAN DARAH (Studi Pustaka) - Repository Poltekkes Tanjungkarang. *Poltekkes-tjk.ac.id*. [online] Available at: <http://repository.poltekkes-tjk.ac.id/1905/> [Accessed 15 Oct. 2021].
- Mujahidullah, Khalid. (2012). Keperawatan Geriatrik. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. Nawawi & Ismail. (2 1). Risalah Dzikir dan Do'a. Surabaya : Karya Agung Notoadmojo, S. 2016. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- NOVILIA QUROTUN NISBAH (2020). PENGARUH PEMBERIAN DZIKIR TERHADAP STRES DAN KADAR GULA DARAH ACAK PADA PASIEN DIABETES MELLITUS Repository – UNAIR REPOSITORY. *Unair.ac.id*. [online] Available at:
<https://repository.unair.ac.id/105654/> [Accessed 16 Oct. 2021].
- Nuraima A. Faktor risiko hipertensi pada masyarakat di Desa Kabongan Kidul kabupaten Rembang [Laporan Penelitian]. Semarang: Universitas Diponegoro; 2012.
- Nuraini, Bianti. 2 15. "Risk Factors Of Hypertension". Lampung. Volume 4 Nomor 5
 Halaman 12-17.
- Nursalam. 2016. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 4. Jakarta: Salemba Medika
- Pasiak, T. 2012. Tuhan Dalam Otak Manusia: Mewujudkan Kesehatan Spiritual

- Berdasarkan Neurosains. Bandung: PT Mizan Pustaka Pati MGMP, 2015. Farmakologi Jilid III. Yogyakarta : Deepublish.
- Rahmawati, R., & Daniyati, D. (2016). HUBUNGAN KEBIASAAN MINUM KOPI TERHADAP TINGKAT HIPERTENSI (Correlation Habit of Drinking Coffee to the Level of Hypertension). *Journals of Ners Community*, 7(2), 149–161.
- Ramadhan AJ, 2010. Gangguan Pada Darah dan Pembuluh Darah. Jogjakarta: DIVA press.
- Reza Finaldiansyah (2015). PENGARUH DZIKIR TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA USIA PERTENGAHAN DI WILAYAH KERJA UPK PUSKESMAS KAMPUNG DALAM KECAMATAN PONTIANAK TIMUR. *Jurnal ProNers*, [online] 3(1). Available at <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jmkeperawatanFK/article/view/2890> [Accessed 17 Oct. 2021].
- Rina Situmorang, Paskah. 2015. “Faktor-faktor Ynang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Penderita Rawat Inap Di Rumah Sakit Umum Sari Mutiara Medan Tahun 2014”. Medan: Jurnal Ilmiah Keperawatan Vol 1, No 1.
- Sherwood L. 2011. Pembuluh Darah dan Tekanan Darah. In: Yesdelita N, editor. Fisiologi Manusia Dari sel ke Sel. 6th ed. Jakarta: EGC.
- Sitoyo. 2020. Dasar Metodologi Peneliiian. Sleman: Literasi Media publishing.
- Stefhany, Emerita. 2012. Hubungan Pola Makan, Gaya Hidup Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Hipertensi Pada Pra Lansia Di Posbindu Kelurahan Depok Jaya Tahun 2012. Depok: Universitas Indonesia.
- Steven Johannes Adrian and Tommy (2019). Hipertensi Esensial : Diagnosis dan Tatalaksana Terbaru pada Dewasa. *Cermin Dunia Kedokteran*, [online] 46(3), pp.172–178. Available at: <http://103.13.36.125/index.php/CDK/article/view/503/289> [Accessed 15 Oct. 2021].
- Whelthon PK, et al. 2017 *High Blood Pressure Clinical Practive Guideline. Journal. American Heart Association Task Force on Clinical Practice Guidelines*
- WHO. 2012. <http://internasional.kompas.com/read/2013/04/05/04100945/Tahun.2025.30.Persen.Penduduk.Dunia.Hipertensi.Diakses.tanggal.04.September.2014>.
- World Health Organization. 2016. Mental Health and Older Adult. [Online] Available at <http://www.who.int/mediacenter/factsheets/fs381/en/>. Accessed on July 4, 2016
- Wulur, M. B. 2015. Psikoterapi Islam. Yogyakarta: Deepublish. <https://books.google.co.id/books?id=uv8vDAAAQBAJ&pg=PA41&dq=bentuk+dzikir&hl=en&sa=X&rediresc=y#v=onepage&q=bentuk%20dzikir&f=false> [diakses pada 19 januari 2017]
- Yonata, A., Satria, A. and Pratama, P. (2016). Arif Satria Putra Pratama dan Ade Yonata | Hipertensi sebagai Faktor Pencetus Terjadinya Stroke Majority | Volume. [online] 5(3), p.17. Available

at: <http://repository.lppm.unila.ac.id/22420/1/1030-1579-1-PB.pdf>.

Zunnur, N.H., ADRIANTO, A. and BASYAR, E. (2017). KESESUAIAN TIPE TENSIMETER AIR RAKSA DAN TENSIMETER DIGITAL TERHADAP PENGUKURAN TEKANAN DARAH PADA USIA DEWASA - Diponegoro University | Institutional Repository (UNDIP- IR). *Undip.ac.id*. [online] Available at: <http://eprints.undip.ac.id/55477/> [Accessed 15 Oct. 2021].

