

## BAB V

### KESIMPULAN IMPLIKASI SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

1. *Aquamedic* merupakan terapi air panas alami yang menggabungkan unsur modern, baik berupa teknologinya maupun mesinnya.
2. Dalam setiap tahapan memiliki beberapa manfaat diantaranya pemijatan pada tahap *geyser* atau pada bagian kaki semburan air pada tahap ini sama dengan pemijatan *refleksi* . Manfaat dari pemijatan ini dapat melancarkan sirkulasi darah, menjaga kesehatan agar tetap prima, membantu mengurangi rasa sakit dan kelelahan, merangsang hormon endrofin yang berfungsi untuk rileksasi tubuh, mengurangi beban yang ditimbulkan akibat stress, dan menyingkirkan toksin
1. Treatment *aquamedic* juga bermanfaat untuk menghilangkan asam pelepas. Asam pelah merupakan hasil mekanisme tubuh yang berasal dari kinerja otot . Otot ini mengasilkan energi atau enzim yang disebut asam pelepas atau asam laktat. Asam laktat ini bisa hilang dengan cara dipijat atau di *massage*. Mekanisme inilah yang diambil Grage Spa untuk memijat dalam air.
2. Dalam tahap *aquamedic* juga dapat menghancurkan lemak, pada tahap *aquamedic* terdapat tekanan yang menyemburkan pijatan yang ditekan dan didorong seperti pijat atau di *vibration* seperti getaran. Dalam proses itu ada beberapa lemak yang terbakar dibantu dengan suhu air dan tekanan maka terjadi pembakaran lemak. Tetapi harus dilakukan secara rutin.

3. Ada manfaat yang dapat dirasakan pada tahap terakhir yaitu pada tahap *waterfall* dengan melakukan *aquamedic* dapat memperlancar sirkulasi darah selain itu juga dapat menghilangkan pegal-pegal dan menghilangkan asam laktat.
4. Manfaat *aquamedic* secara umum yang pertama terhadap fisik yaitu memperlancar sirkulasi darah dan dapat mendetoksifikasi tubuh. Dan manfaat yang kedua yaitu terhadap psikis dapat merileksasikan tubuh.

### 5.2 Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian analisis manfaat spa air khususnya *aquamedic*, bisa membawa dampak positif mengenai salah satu alternatif yang bisa dipilih seseorang untuk melakukan rileksasi.

Selain itu juga bagi pembaca, hasil penelitian ini bisa membawa dampak positif untuk memperluas wawasan dan pengetahuan khususnya mengenai manfaat yang dapat dirasakan dari *aquamedic*.

### 5.3 Saran

Dari penelitian yang telah dilakukan dan hasil penelitian yang diperoleh, untuk harapan pengembangan yang lebih baik, maka peneliti ingin memberikan saran-saran sebagai berikut :

1. Untuk pihak Grage Sangkan Hotel Spa Sangkanurip, diharapkan untuk lebih gencar lagi mempromosikan Spa air, khususnya mengenai *aquamedic* terutama di media sosial. Karena banyak yang belum mengetahui mengenai treatment ini .

2. Selain itu juga, diharapkan pihak Grage Sangkan Hotel Spa Sangkanurip, dapat menjaga kualitas, pelayanan dan sarana treatment agar pengunjung yang datang selalu merasa puas, sehingga nanti tempat ini bisa menjadi salah satu destinasi wisata favorit di Kota Kuningan, selain itu juga tempat ini bisa menjadi sarana alternatif satu alternatif yang bisa dipilih seseorang untuk melakukan rileksasi.
3. Selain itu juga, diharapkan pihak Grage Sangkan Hotel Spa Sangkanurip bisa menyediakan fasilitas untuk disabilitas.
4. Untuk pihak Kampus, diharapkan untuk dapat memperbanyak koleksi buku-buku mengenai terapi air, guna menambah wawasan dan pengetahuan mahasiswa khususnya Mahasiswa Pendidikan Tata Rias Universitas Negeri Jakarta.