

BAB 6

PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan studi kasus yang telah dilakukan, didapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Hasil dari pengkajian diperoleh data pasien mengatakan memiliki keluhan pegal pada area tengkuk dan leher belakang, dan pasien mengatakan kepalanya pusing dikarenakan tekanan darah pasien yang cukup tinggi. Keluarga pasien mengatakan bahwa pasien selama di rumah masih mengkonsumsi segala macam makanan dikarenakan keluarga pasien dan juga pasien belum memahami dengan baik manajemen nutrisi yang tepat bagi penderita hipertensi. Tanda dan gejala hipertensi yang ditemukan sesuai dengan gejala hipertensi yang ada pada teori.
2. Diagnosa keperawatan pada asuhan keperawatan ini ada 2 yaitu nyeri kronis berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga dalam memahami gejala penyakit yaitu hipertensi ditandai dengan pasien mengeluh pegal pada tengkuk leher pada belakang klien, klien merasa pusing sehingga klien tidak dapat tidur nyenyak ketika malam hari dan manajemen kesehatan keluarga tidak efektif berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga dalam merawat klien dengan hipertensi terutama pada pola nutrisi klien ditandai dengan keluarga belum memahami cara merawat klien dengan hipertensi terutama pada pola nutrisi yang baik diberikan.

3. Intervensi keperawatan pada asuhan keperawatan ini meliputi luaran dan intervensi, untuk diagnosa pertama yaitu nyeri kronis luaran tingkat nyeri menurun dengan kriteria hasil keluhan nyeri menurun, gelisah menurun, dan kemampuan untuk menuntaskan aktivitas dapat meningkat. Sedangkan diagnose kedua yaitu manajemen kesehatan keluarga tidak efektif luaran manajemen keluarga meningkat dengan kriteria hasil yaitu melakukan kemampuan menjelaskan masalah kesehatan yang dialami meningkat, aktivitas keluarga dalam mengatasi masalah kesehatan tepat meningkat, dan verbalisasi kesulitan menjalankan perawatan yang ditetapkan menurun. .
4. Implementasi keperawatan untuk diagnose keperawatan nyeri kronis dilakukan penerapan teknik relaksasi nafas dalam dan lambat (slow deep breathing) sedangkan untuk diagnosa keperawatan manajemen kesehatan keluarga tidak efektif dilakukan dukungan keluarga merencanakan perawatan terkait manajemen nutrisi pada penderita hipertensi yang mana dilakukan selama 3×2 jam. Selama melakukan implementasi klien dan keluarga sangat kooperatif dapat mengikuti instruksi dan anjuran dari perawat, keluarga juga berperan aktif untuk bertanya dan meningkatkan pemahaman yang diberikan.
5. Evaluasi keperawatan dengan diagnosa keperawatan nyeri kronis dan manajemen kesehatan keluarga tidak efektif setelah dilakukan tindakan imlementasi selama 3×2 jam yaitu kontrol nyeri meningkat dengan keluhan tidak nyaman menurun dibuktikan dengan keluhan klien terkait pegal-pegal pada tengkuk leher belakang mulai

berkurang, tekanan darah pasien menurun secara signifikan, keluhan pusing mulai membaik, serta klien mengatakan antusias untuk dapat menerapkan metode teknik relaksasi *slow deep breathing* secara mandiri selain mengkonsumsi obat. Kemudian untuk evaluasi diagnose keperawatan kedua dengan kriteria hasil manajemen kesehatan keluarga meningkat dengan klien dan keluarga melakukan tindakan mengurangi faktor risiko meningkat dengan berkomitmen untuk mengatur pola makan dan manajemen nutrisi yang baik bagi klien, menerapkan program perawatan meningkat, aktivitas hidup sehari-hari efektif memenuhi tujuan kesehatan meningkat, dan verbalisasi kesulitan dalam menjalani program perawatan dan pengobatan menurun. Namun pada implementasi hari ketiga ditemukan bahwa klien benar mengalami penurunan tekanan darah namun beberapa gejala hipertensi yang ada masih dirasakan klien seperti sulit tidur hal ini juga dipicu karena klien belum meminum obat sama sekali serta belum kontrol dan terdapat kesalahpahaman dalam pemahaman keluarga klien terkait takaran konsumsi garam pada manajemen nutrisi klien.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Puskesmas Polowijen

Adanya penerapan teknik relaksasi *slow deep breathing* dan peningkatan pengetahuan mengenai manajemen nutrisi dalam studi kasus ini dapat digunakan sebagai sarana untuk meningkatkan kualitas

pelayanan kesehatan di Puskesmas Polowijen dengan meningkatkan pemberian edukasi tentang efektifitas teknik relaksasi *slow deep breathing* dan manajemen nutrisi yang tepat bagi penderita hipertensi, sehingga diharapkan edukasi yang baik dari pihak puskesmas mengatasi masalah yang ada dan meningkatkan pengobatan yang ada.

6.2.2 Bagi Perawat

Adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman klien dan keluarga dalam studi kasus ini disebabkan oleh pemberian edukasi manajemen nutrisi dan latihan penerapan teknik relaksasi *slow deep breathing* diharapkan perawat sebagai educator dapat memberikan pengetahuan terkait masalah kesehatan.

6.2.3 Bagi Masyarakat

1. Bagi Penderita Hipertensi

Diharapkan penderita hipertensi dapat menerapkan teknik relaksasi *slow deep breathing* secara mandiri di rumah sebagai salah satu alternative dalam menurunkan tekanan darah dan bisa dilakukan secara rutin dan manajemen nutrisi yang tepat juga dapat dijadikan pengetahuan untuk menjaga kesehatan dan terhindar dari kekambuhan hipertensi.

2. Bagi Keluarga Penderita Hipertensi

Diharapkan dengan pemberian edukasi manajemen nutrisi keluarga mampu memberikan nutrisi yang tepat dan baik agar tekanan darah pada penderita hipertensi tetap terjaga, serta

mampu membantu penderita dalam menerapkan teknik relaksasi slow deep breathing untuk menurunkan tekanan darah.

6.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, studi kasus ini dijadikan pedoman dan referensi serta dapat mengembangkan penelitian terkait penerapan teknik relaksasi slow deep breathing dan pemberian edukasi manajemen kesehatan untuk mencapai kesehatan yang optimal bagi penderita hipertensi.