

BAB IV

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penulisan karya ilmiah akhir ini dapat disimpulkan bahwa:

1. Pengkajian ini mencakup dua klien, yaitu klien 1 yang berusia 93 tahun dan klien 2 yang berusia 69 tahun. Keduanya menjalani gaya hidup yang tidak sehat dan mengalami keluhan utama yang serupa, yaitu nyeri kepala disertai nyeri pada tengkuk dan kesemutan di tangan. Hasil pemeriksaan menunjukkan temuan abnormal, di mana tekanan darah klien 1 tercatat 160/90 mmHg dan klien 2 160/100 mmHg, serta teraba dingin di bagian ekstremitas dan mata yang berair.
2. Diagnosa keperawatan yang diangkat didasarkan pada data yang diperoleh pada saat pengkajian yaitu risiko perfusi perifer tidak efektif berhubungan dengan penurunan sirkulasi darah pada jaringan, Gangguan mobilitas fisik berhubungan dengan kekuatan otot menurun dan Resiko jatuh berhubungan dengan kekuatan otot menurun.
3. Intervensi keperawatan utama yang diberikan adalah perawatan sirkulasi, Dukungan mobilisasi, dan Pencegahan Jatuh.
4. Implementasi yang dilakukan pada kasus diatas yaitu sebanyak 4 hari dengan penerapan intervensi.
5. Setelah intervensi keperawatan dilakukan selama 4 hari, diperoleh hasil bahwa tekanan darah klien 1 turun dari 160/90 mmHg menjadi 140/80 mmHg, dan klien 2 turun dari 160/100 mmHg menjadi 140/80 mmHg.

Selain itu, nyeri kepala dan nyeri tengkuk berkurang, rasa kesemutan berkurang, suhu akral menjadi hangat, intensitas mata berair juga menurun, dan kedua klien menunjukkan kepatuhan dalam mengkonsumsi obat secara teratur.

6. Intervensi *Evidence Based Nursing*: Terapi relaksasi otot progresif berdampak pada penurunan tekanan darah pada lansia di Pondok Lansia Tulus Kasih, Bandung.

B. Saran

1. Bagi Pondok Lansia Tulus Kasih Bandung

Diharapkan hasil dari analisis penerapan terapi Relaksasi Otot Progresif (ROP) dalam menurunkan tekanan darah pada lansia di Pondok Lansia Tulus Kasih dapat mengintegrasikan terapi ini ke dalam program kesehatan rutin, dengan menerapkan intervensi non-farmakologis untuk mengurangi keluhan pada lansia yang menderita hipertensi.

2. Bagi Perawat Pelaksana

Diharapkan bahwa karya ilmiah ini dapat memperluas pengetahuan tentang pelayanan keperawatan, khususnya terkait dengan intervensi teknik relaksasi otot progresif, serta dapat secara teratur mengedukasi dan membimbing lansia dalam menjalankan terapi ROP.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan karya ilmiah akhir ini dapat menjadi rujukan yang relevan dan menjadi acuan untuk perbaikan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan hipertensi pada lanjut usia.