

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penulisan karya ilmiah akhir ini yang berjudul “Asuhan Keperawatan Keluarga pada Hipertensi dengan Pendekatan *Evidence Based Nursing*: Terapi Relaksasi Otot Progresif di RW 21 Wilayah Kerja Puskesmas Baleendah Kabupaten Bandung Provinsi Jawa Barat” dapat disimpulkan bahwa:

1. Pengkajian pada kasus kelolaan yaitu Ny. I berusia 39 tahun dan Ny. S berusia 34 tahun dengan diagnosa medis hipertensi.
2. Diagnosa keperawatan utama pada klien 1 dan klien 2 adalah berhubungan dengan gangguan fungsi metabolik (hipertensi) dan manajemen kesehatan keluarga tidak efektif berhubungan dengan kompleksitas program perawatan/pengobatan.
3. Intervensi keperawatan utama yang diberikan kepada kedua klien yaitu manajemen nyeri, terapi relaksasi otot progresif, edukasi kesehatan dan dukungan keluarga merencanakan perawatan.
4. Implementasi keperawatan yang dilaksanakan selama 3 hari sesuai dengan intervensi keperawatan yang telah dibuat. Tindakan keperawatan yang dilakukan untuk manajemen nyeri yaitu memberikan terapi relaksasi otot progresif selama 3 hari berturut-turut dengan waktu 15-20 menit disertai dengan pemberian obat amlodipine 10mg. Manajemen kesehatan keluarga tidak efektif diberikan edukasi kesehatan pengobatan dan perawatan hipertensi.
5. Evaluasi keperawatan setelah dilakukan implementasi terapi relaksasi otot progresif selama 3 hari pada Ny. I dapat menurunkan tekanan darah dari 160/100 mmHg menjadi 120/90 mmHg, dan menurunkan rasa nyeri skala awal 5 (0-10) menjadi 1 (0-10). Sedangkan pada Ny. S dapat menurunkan tekanan darah dari 160/90 mmHg menjadi 120/80 mmHg, dan menurunkan rasa nyeri skala awal 5 (0-10) menjadi 1 (0-10). Hal ini dapat

dicapai karena perilaku kesehatan klien yang adaptif, baik dalam pengobatan dan/ perawatan hipertensi.

6. Kesimpulan dari karya ilmiah ini adalah terdapat penurunan tekanan darah pada kedua klien setelah diberikan terapi relaksasi otot progresif.

## **B. Saran**

Dengan selesainya dilakukan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi diharapkan dapat memberikan masukan terutama untuk :

1. Bagi Puskesmas

Diharapkan dapat mengembangkan intervensi keperawatan yaitu teknik relaksasi otot progresif terhadap tindakan mandiri keperawatan. Edukasi diet maupun kolaborasi dengan dokter dalam mengatasi peningkatan tekanan darah pada klien hipertensi

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan kepada institusi pendidikan supaya karya ilmiah ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan ajar untuk perbandingan dalam memberikan konsep asuhan keperawatan secara teori dan praktik kepada pasien. Serta dapat dijadikan penelitian karena masih sedikit penelitian terkait evidence based nursing relaksasi otot progresif baik nasional ataupun internasional.

3. Bagi Keluarga

Diharapkan keluarga mampu memberi dukungan kepada klien untuk rutin melakukan terapi komplementer relaksasi otot progresif untuk menurunkan tekanan darah dan rasa nyeri.