

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil tindakan asuhan keperawatan yang dibarengi dengan nilai-nilai Al-Islam dan Kemuhammadiyah yang diterapkan kepada 2 pasien, yaitu Ny. Y pada tanggal 1-3 April 2024 dan Tn. A 2-4 April 2024. Penelitian ini dilakukan di Ruang Melati 3 RSUD Dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa :

1. Pengkajian dilakukan oleh peneliti secara komprehensif kepada 2 pasien, yaitu Ny. Y dan Tn. A. Hasil pengkajian Ny. Y menunjukkan adanya tanda-tanda penyakit hipertensi yang ditandai dengan keluhan nyeri kepala, tampak bersikap protektif (mis, waspada, posisi menghindari nyeri), pasien tampak tegang/gelisah, pasien mengeluh sulit tidur, tekanan darah klien tinggi. Dan hasil pengkajian Tn. A terdapat penyakit hipertensi yang ditandai dengan keluhan nyeri kepala dan mengeluh nyeri dada, Tn.A tampak bersikap protektif (mis, waspada, posisi menghindari nyeri), pasien tampak gelisah, frekuensi nadi meningkat, pasien tampak sulit tidur, tekanan darah pasien tinggi.
2. Diagnosa keperawatan Ny. Y dan Tn. A ditegakkan oleh peneliti berdasarkan hasil riset *Evidence Based Practice* dengan memperhatikan data subjektif dan objektif, data mayor maupun data minor. Berdasarkan hasil analisa diagnosa keperawatan kedua pasien yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis.
3. Intervensi keperawatan kedua responden yaitu dengan memfokuskan pada penerapan manajemen nyeri dan terapi relaksasi benson berdasarkan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia tahun 2017.
4. Implementasi keperawatan pada Ny. Y dilakukan selama 3 hari pada tanggal 1-3 April 2024 hingga pasien dipulangkan karena kondisi sudah membaik dan pada Tn. A dilaksanakan selama 3 hari pada

tanggal 2-4 April 2024 sampai klien dipulangkan ke rumahnya sesuai dengan SOP yang telah ditentukan.

5. Evaluasi keperawatan pada Ny. Y memiliki hasil signifikan karena dapat menurunkan tekanan darah dengan rata-rata perubahan sebelum dilakukan terapi 141/97 mmHg dan setelah dilakukan terapi 132/83 mmHg, selain itu ditemukan hasil serupa pada Tn. A dengan rata-rata perubahan sebelum dilakukan terapi 162/96 mmHg dan setelah pemberian terapi 147/90 mmHg. sehingga dapat ditarik kesimpulannya bahwa penerapan terapi dari narasi tersebut relaksasi benson ini efektif untuk menurunkan tekanan darah sebagai pengobatan non-farmakologi dan penunjang pengobatan secara farmakologi dengan pemberian analgetik.

V.2 Saran

V.2.1 Masyarakat Umum

Penulis berharap bahwa studi kasus dengan metode deskriptif ini dapat menjadi sumber informasi untuk meningkatkan kesadaran pentingnya menjaga tekanan darah pada penderita hipertensi dan menyadari bahwa terapi relaksasi benson ini adalah terapi non farmakologi yang efektif untuk membantu menurunkan tekanan darah bagi penderita hipertensi.

Diharapkan masyarakat dapat mengintegrasikan teknik relaksasi Benson ke dalam rutinitas harian mereka, seperti melakukannya di pagi hari sebelum memulai aktivitas, di tengah hari untuk mengatasi stres, atau sebelum tidur untuk meningkatkan kualitas tidur. Ini dapat membantu menjaga kesehatan mental dan fisik secara keseluruhan.

V.2.2 Pengembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi dalam Keperawatan

Penulis berharap karya tulis ilmiah ini menjadi informasi baru dalam mengembangkan protokol perawatan yang spesifik untuk penggunaan relaksasi Benson dalam manajemen hipertensi. Protokol ini dapat

mencakup panduan praktis untuk implementasi relaksasi Benson dalam praktek klinis sehari-hari, termasuk frekuensi, durasi, dan teknik yang tepat.

Diharapkan perawat dapat mengembangkan aplikasi seluler atau sumber belajar interaktif lainnya yang dapat membantu pasien mempelajari dan menerapkan teknik relaksasi Benson secara mandiri. Aplikasi ini dapat menyediakan panduan audio atau video, latihan pernapasan, dan catatan progres untuk memantau penggunaan relaksasi Benson dan dampaknya pada tekanan darah.

V.2.3 Peneliti

Saran peneliti yaitu diharapkan studi kasus ini dapat menjadi sumber informasi penelitian berikutnya dan terapi relaksasi benson ini bisa dijadikan salahsatu tindakan non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah demi terciptanya masyarakat yang lebih sehat dan sadar akan kesehatan.

Diharapkan menjadi dasar untuk penelitian studi kasus dengan populasi dan sampel yang lebih banyak dan melakukan penelitian lebih lanjut untuk memahami secara mendalam mekanisme kerja relaksasi Benson dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Penelitian ini dapat mencakup analisis biomolekuler dan neurofisiologis untuk menjelaskan efek relaksasi Benson pada sistem kardiovaskular dan saraf otonom.