

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus dan pembahasan mengenai asuhan keperawatan pada Ny.P dengan hipertensi yang mengalami masalah keperawatan nyeri akut dan intoleransi aktivitas maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Hasil pengkajian menunjukkan bahwa Ny. P seorang perempuan berusia 50 tahun, mengalami hipertensi dengan tekanan darah awal 175/99 mmHg disertai keluhan sakit kepala pada bagian belakang hingga tengkuk dengan skala nyeri 6/10, pusing, badan terasa lemas, mudah lelah, serta keterbatasan dalam melakukan aktivitas sehari-hari.
2. Ditegakkan dua diagnosa keperawatan yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis dan intoleransi aktivitas berhubungan dengan ketidakseimbangan antara suplai dan kebutuhan oksigen sesuai dengan Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI).
3. Intervensi keperawatan disusun berdasarkan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) dan Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI), meliputi manajemen nyeri, pemantauan tanda-tanda vital, teknik relaksasi napas dalam, manajemen energi, edukasi kesehatan, pengaturan aktivitas dan istirahat, serta pemberian jus mentimun sebanyak ± 200 ml sehari dua kali sebagai terapi nonfarmakologis pendamping.
4. Implementasi keperawatan dilakukan selama lima hari melalui pemantauan nyeri, pemantauan tekanan darah, latihan relaksasi napas dalam, edukasi kesehatan, pemantauan kemampuan aktivitas, serta pemberian jus mentimun secara rutin sesuai dengan rencana intervensi yang telah ditetapkan.
5. Hasil evaluasi menunjukkan adanya perbaikan kondisi klien yang ditandai dengan penurunan skala nyeri dari 6/10 menjadi 2/10, penurunan tekanan darah dari 175/99 mmHg menjadi 139/82 mmHg,

berkurangnya keluhan lemas dan mudah lelah, serta meningkatnya kemampuan klien dalam melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri.

6. Asuhan keperawatan yang diberikan melalui kombinasi intervensi keperawatan standar dan terapi nonfarmakologis berupa teknik relaksasi napas dalam serta pemberian jus mentimun terbukti membantu mengatasi masalah nyeri akut dan intoleransi aktivitas serta mendukung pengendalian tekanan darah pada klien hipertensi.

B. Saran

1. Bagi Perawat: Diharapkan dapat meningkatkan pemberian edukasi kesehatan dan memanfaatkan intervensi nonfarmakologis sebagai terapi pendamping dalam penatalaksanaan hipertensi sehingga dapat membantu meningkatkan kualitas hidup pasien.
2. Bagi Klien: Diharapkan dapat mempertahankan pola hidup sehat dengan mengatur pola makan rendah garam, menghindari stres berlebihan, melakukan aktivitas fisik sesuai kemampuan, serta rutin memeriksakan tekanan darah untuk mencegah terjadinya komplikasi akibat hipertensi.
3. Bagi Keluarga: Diharapkan dapat memberikan dukungan dan motivasi kepada klien dalam menjalankan pengobatan, menerapkan pola hidup sehat, serta membantu memantau kepatuhan klien terhadap anjuran tenaga kesehatan agar pengendalian tekanan darah dapat berlangsung secara optimal.
4. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan: diharapkan dapat meningkatkan program promosi kesehatan dan pencegahan hipertensi melalui penyuluhan mengenai pola hidup sehat, pengendalian faktor risiko, serta pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara rutin.
5. Bagi Peneliti Selanjutnya: Diharapkan dapat mengembangkan penelitian mengenai efektivitas terapi nonfarmakologis pada pasien hipertensi dengan jumlah responden yang lebih banyak dan waktu penelitian yang lebih panjang sehingga diperoleh hasil yang lebih optimal dan dapat digeneralisasikan.