

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

Bab ini berisi pemaparan terhadap kesimpulan asuhan keperawatan masalah nyeri akut pada pasien hipertensi. Saran yang berkaitan dengan penulis karya ilmiah ini juga dijelaskan agar menjadi rekomendasi untuk perbaikan pelayanan keperawatan di masa datang.

5.1 Kesimpulan

1. Hasil Asuhan Keperawatan didapatkan data klien yang mengalami nyeri di tengkuknya dengan skala nyeri 6 dan tekanan darah 170/100 mmHg, Diagnosa keperawatan adalah nyeri akut yang berhubungan dengan agen fisiologis ditandai dengan pasien mengeluh nyeri di bagian tengkuknya, Intervensi sesuai dengan SIKI berdasarkan tehnik observasi, edukasi, dan kolaborasi, Tindakan keperawatan dengan menggunakan inovasi kombinasi yaitu terapi relaksasi otot progresif, Evaluasi tindakan keperawatan dihasilkan terdapat perubahan sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi otot progresif.
2. Berdasarkan paparan fokus studi kasus penerapan relaksasi otot progresif diperoleh gambaran asuhan keperawatan pasien hipertensi yang mengalami nyeri akut dengan intervensi pemberian terapi relaksasi otot progresif. Dari studi kasus yang sudah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terapi relaksasi otot progresif dapat menjadi salah satu intervensi dalam pemberian asuhan keperawatan pada pasien hipertensi yang mengalami nyeri kepala. Pemberian terapi relaksasi otot progresif dapat menurunkan skala nyeri pada

pasien dengan hipertensi yang mengalami nyeri akut dengan skala sedang. Relaksasi otot progresif yang diberikan harus sesuai sop yang sudah ditetapkan oleh peneliti.

5.2 Saran

Berdasarkan masalah yang muncul dan intervensi berdasarkan diagnosa secara fisik yang dilakukan pada ny. M penulis membagi saran hasil penelitian menjadi 3 bagian utama.

1. Bagi layanan Keperawatan Pada Lahan Praktik

Nyeri tengkuk yang dirasakan lansia memiliki keterkaitan dengan penyakit hipertensi. Klien yang mempunyai riwayat hipertensi akan mengalami kelelahan, sesak napas, gangguan penglihatan, vertigo dan sesak napas. Nyeri yang dirasakan klien semakin memperburuk keadaan klien yang mengalami hipertensi. Penulis merekomendasikan untuk lahan praktik lebih aktif dalam memberikan perhatian dan pengawasan pada klien yang menderita hipertensi. Terapi Relaksasi Otot Progresif dapat dilakukan antara perawat dan klien sehingga nyeri yang dirasakan klien dapat teratasi.

2. Bagi Pendiidkan Ilmu Keperawatan

Penulis merekomendasikan untuk institusi keperawatan khususnya Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto agar dapat mengembangkan keilmuan terkait intervensi terapi Relaksasi Otot Progresif pada lansia hipertensi.

Pengembangan dan kolaborasi antara keperawatan medikal bedah dan

keperawatan Fisioterapi yang sudah bersertifikasi keahlian dengan mempertimbangkan masalah yang dialami lansia dapat juga dilakukan.

3. Bagi Peneliti Keperawatan

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk mengembangkan penelitian selanjutnya terkait penanganan masalah nyeri akut pada lansia hipertensi dengan pemantauan pola tidur terhadap skala nyeri yang dirasakan.

4. Bagi lansia

Penulis merekomendasikan agar lansia dengan riwayat hipertensi lebih aktif menjaga kesehatan melalui penerapan gaya hidup sehat, seperti mengurangi konsumsi garam, menjaga pola tidur, serta rutin melakukan aktivitas fisik ringan sesuai kemampuan. Lansia juga dianjurkan untuk mengikuti intervensi nonfarmakologis berupa relaksasi otot progresif secara mandiri maupun dengan pendampingan perawat, karena teknik ini terbukti membantu menurunkan intensitas nyeri, menstabilkan tekanan darah, dan meningkatkan kenyamanan. Dengan melakukan latihan relaksasi otot progresif secara teratur, lansia diharapkan mampu mengendalikan nyeri akut, meningkatkan kualitas hidup, serta mencegah perburukan kondisi hipertensi.