

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pelaksanaan asuhan keperawatan pada Tn. D dengan diagnosis medis *Congestive Heart Failure* (CHF) disertai Atrial Fibrillation Rapid dan masalah keperawatan Nyeri Akut, dapat disimpulkan bahwa seluruh tahapan proses keperawatan telah dilaksanakan secara sistematis mulai dari pengkajian, penetapan diagnosis keperawatan, perencanaan, implementasi, hingga evaluasi.

- a. Berdasarkan hasil pengkajian, ditemukan data subjektif berupa pasien mengeluhkan nyeri dada sebelah kiri yang terasa seperti ditusuk dan berat, menjalar ke punggung kiri, dengan skala nyeri 6/10 serta bersifat hilang timbul. Data objektif menunjukkan pasien tampak meringis, gelisah, mengalami kesulitan tidur, dengan tekanan darah 118/93 mmHg, frekuensi nadi 125 kali/menit, dan frekuensi napas 24 kali/menit. Data tersebut menjadi dasar dalam penegakan diagnosis keperawatan Nyeri Akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis. Intervensi keperawatan disusun dengan berpedoman pada Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), yaitu manajemen nyeri yang meliputi pengkajian nyeri secara komprehensif menggunakan metode PQRST dan *Numeric Rating Scale* (NRS), pemantauan tanda-tanda vital, pemberian posisi nyaman, pengaturan lingkungan, edukasi mengenai nyeri, penerapan terapi inovasi Relaksasi Benson, serta kolaborasi pemberian analgetik sesuai program terapi. Implementasi keperawatan dilakukan selama 3×24 jam sesuai rencana yang telah disusun. Hasil evaluasi menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri dari skala 6 menjadi 2, berkurangnya ekspresi meringis dan gelisah, membaiknya kualitas tidur, serta perbaikan parameter fisiologis yang ditandai dengan penurunan frekuensi nadi menjadi 88 kali/menit, frekuensi napas menjadi 20 kali/menit, dan tekanan darah menjadi lebih stabil. Secara keseluruhan, asuhan keperawatan yang diberikan berhasil

mencapai tujuan yang telah ditetapkan sehingga masalah keperawatan Nyeri Akut dapat diatasi.

- b. Penerapan teknik Relaksasi Benson terbukti efektif sebagai terapi nonfarmakologis dalam membantu menurunkan intensitas nyeri pada pasien dengan *Congestive Heart Failure* (CHF) disertai Atrial Fibrillation Rapid. Terapi ini memberikan efek relaksasi melalui penurunan aktivitas sistem saraf simpatis, meningkatkan rasa nyaman, mengurangi ketegangan otot, serta membantu memperbaiki respons fisiologis seperti penurunan frekuensi nadi dan frekuensi napas. Selain itu, Relaksasi Benson juga meningkatkan kualitas tidur, mengurangi kecemasan, dan membantu pasien mengontrol nyeri secara mandiri. Oleh karena itu, teknik Relaksasi Benson dapat direkomendasikan sebagai salah satu intervensi keperawatan mandiri yang efektif dan mudah diterapkan sebagai terapi komplementer dalam manajemen nyeri pada pasien CHF dengan Atrial Fibrillation Rapid, sehingga dapat mendukung keberhasilan terapi medis dan mempercepat proses pemulihan pasien.

5.2 Saran

1. Bagi Pasien dan Keluarga

Pasien diharapkan dapat menerapkan teknik Relaksasi Benson secara mandiri di rumah sebagai terapi nonfarmakologis untuk membantu mengurangi nyeri, meningkatkan rasa nyaman, dan memperbaiki kualitas istirahat. Selain itu, pasien dan keluarga diharapkan mematuhi pengobatan yang telah dianjurkan, menerapkan pola hidup sehat, membatasi aktivitas yang terlalu berat, mengonsumsi makanan sesuai anjuran, serta melakukan kontrol rutin ke fasilitas pelayanan kesehatan guna mencegah kekambuhan dan komplikasi penyakit.

2. Bagi Perawat

Perawat diharapkan dapat mengoptimalkan penerapan asuhan keperawatan yang komprehensif pada pasien *Congestive Heart Failure* (CHF) dengan *Atrial Fibrillation Rapid*, termasuk mengintegrasikan teknik Relaksasi Benson

sebagai salah satu intervensi keperawatan mandiri dalam manajemen nyeri. Perawat juga diharapkan memberikan edukasi kepada pasien dan keluarga mengenai cara melakukan Relaksasi Benson secara benar sehingga pasien mampu melanjutkan latihan secara mandiri setelah pulang dari rumah sakit.

3. Bagi Rumah Sakit

Rumah sakit diharapkan dapat menjadikan teknik Relaksasi Benson sebagai salah satu terapi komplementer yang mendukung manajemen nyeri pada pasien penyakit kardiovaskular, khususnya pasien CHF, melalui penyusunan standar operasional prosedur (SOP), penyediaan media edukasi, serta pelatihan bagi tenaga kesehatan agar intervensi dapat diterapkan secara konsisten dan berkesinambungan.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan diharapkan dapat menjadikan hasil studi kasus ini sebagai referensi pembelajaran mengenai penerapan terapi komplementer dalam asuhan keperawatan pasien kardiovaskular, khususnya pada pasien CHF dengan masalah keperawatan nyeri akut. Selain itu, hasil studi ini dapat menjadi bahan pengembangan ilmu keperawatan berbasis evidence-based practice.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian mengenai efektivitas teknik Relaksasi Benson pada pasien CHF dengan jumlah responden yang lebih besar, desain penelitian yang lebih kuat, serta membandingkan Relaksasi Benson dengan intervensi nonfarmakologis lainnya agar diperoleh bukti ilmiah yang lebih komprehensif mengenai manfaat terapi tersebut terhadap penurunan nyeri, stabilitas hemodinamik, dan kualitas hidup pasien.