

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan.**

Berdasarkan hasil intervensi dan pembahasan tentang penerapan Teknik relaksasi genggam jari napas dalam (*Finger Hold*) pada pasien Ny. S dengan masalah hipertensi di wilayah Puskesmas Kasihan 1 dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Hasil pengkajian pada Ny. S dengan diagnosa medis hipertensi.
2. Diagnosa keperawatan yang muncul adalah resiko perfusi serebral tidak efektif, Defisit Pengetahuan, ketidakpatuhan dan kesiapan meningkatkan manajemen Kesehatan.
3. Intervensi keperawatan pada Ny. S yang sudah dilakukan adalah dengan pemberian latihan teknik relaksasi genggam jari napas dalam. Terapi ini mampu untuk menurunkan tekanan darah.
4. Implementasi keperawatan yang dilakukan untuk menurunkan tekanan darah tinggi yaitu teknik relaksasi genggam jari napas dalam dengan memonitor setiap yang dilakukan Ny. S. Terapi ini dilakukan 2 kali dalam 3 hari pagi dan sore selama 30 menit.
5. Evaluasi keperawatan yang dilakukan selama 3 hari dengan penerapan teknik relaksasi genggam jari napas dalam untuk menurunkan tekanan darah tinggi didapatkan hasil sebelum dan sesudah yaitu pada hari pertama 182/110 mmHg menjadi 160/110 mmHg, hari kedua 160/102 mmHg menjadi 155/100 mmHg, hari ketiga 150/98 mmHg menjadi 140/86 mmHg.

#### **B. Saran.**

1. Bagi Institusi Pendidikan.

Hasil karya ilmiah akhir ners ini diharapkan dapat menjadi acuan atau sumber pengetahuan yang relevan dengan intervensi pasien dengan diagnosa medis hipertensi.

## 2. Bagi Perawat dan Puskesmas.

Bagi perawat dan puskesmas diharapkan dapat mengembangkan atau memperluas teknik terapi relaksasi genggam jari napas dalam (*finger hold*) untuk penurunan tekanan darah, terapi ini sebagai alternatif untuk pasien Puskesmas Kasihan 1 yang mengalami hipertensi, terapi ini bisa dilakukan sebelum dan sesudah kontrol bersama dokter dan diharapkan perawat Puskesmas Kasihan 1 bisa mengedukasi, mendemonstrasikan dan mendampingi pasien melakukan terapi relaksasi genggam jari napas dalam untuk menurunkan hipertensi.

## 3. Bagi Pasien.

Bagi pasien diharapkan dapat mengembangkan kemampuan yang sudah diajarkan penerapan teknik relaksasi genggam jari napas dalam untuk menurunkan tekanan darah tinggi.

## 4. Bagi Penelitian Selanjutnya.

Penelitian karya ilmiah akhir ners ini diharapkan memperluas dan mengevaluasi hipertensi dengan observasi agar dapat diketahui tanda dan gejalanya, penelitian selanjutnya dapat mengkaji lebih dalam lagi serta melakukan intervensi relaksasi genggam jari napas dalam dengan waktu penelitian lebih lama agar hipertensi tetap turun atau dalam rentang nilai normal.