

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

##### **1. Pengkajian**

Pada pengkajian awal, ditemukan bahwa Ny.L menderita hipertensi selama kurang lebih empat tahun dengan tekanan darah awal 155/110 mmHg. Keluhan utama yang dirasakan adalah pusing, namun tidak ada keluhan lain yang signifikan. Ny. L tidak menjalani pengobatan hipertensi secara rutin dan tidak mengonsumsi obat antihipertensi. Selain itu, hasil pengkajian menunjukkan bahwa keluarga yang terdiri dari pasangan suami-istri tanpa anak, mempunyai pemahaman yang kurang mengenai pengelolaan hipertensi, termasuk pola hidup sehat dan pentingnya kontrol tekanan darah.

##### **2. Diagnosa Keperawatan**

Dari hasil pengkajian, ditetapkan dua diagnosa keperawatan utama. Diagnosa pertama adalah ketidakefektifan perfusi jaringan serebral yang berhubungan dengan tekanan darah tinggi, dibuktikan dengan keluhan pusing. Diagnosa kedua adalah deficit pengetahuan keluarga mengenai pengelolaan hipertensi yang terkait dengan kurangnya informasi dan minat belajar. Kedua diagnosa ini menjadi focus dalam proses perencanaan asuhan keperawatan.

##### **3. Intervensi**

Intervensi yang diterapkan mencakup pemberian terapi rendam kaki dengan air hangat untuk membantu menurunkan tekanan darah. Selain itu, dilakukan edukasi kepada keluarga mengenai pengelolaan hipertensi, meliputi pentingnya pola hidup sehat, konsumsi makanan rendah garam, aktivitas fisik teratur, dan pemantauan tekanan darah. Edukasi juga

menekankan pentingnya kepatuhan terhadap pengobatan dan kontrol kesehatan secara rutin untuk mencegah komplikasi.

#### **4. Implementasi**

Terapi rendam kaki dengan air hangat dilakukan selama tiga hari berturut-turut. Pada hari pertama, tekanan darah menurun dari 160/90 mmHg menjadi 150/90mmHg. Hari kedua menunjukkan penurunan dari 147/107 mmHg menjadi 146/94 mmHg. Pada hari ketiga, tekanan darah awal 160/100 mmHg menurun menjadi 150/91 mmHg. Selain terapi fisik, edukasi diberikan kepada keluarga setiap hari yang melibatkan diskusi interaktif untuk memastikan pemahaman dan komitmen terhadap perubahan perilaku sehat.

#### **5. Evaluasi**

Hasil evaluasi menunjukkan adanya perbaikan tekanan darah Ny. L secara bertahap setelah dilakukan terapi rendam kaki dengan air hangat. Keluhan pusing yang sebelumnya dirasakan juga berkurang. Keluarga menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai pengelolaan hipertensi terutama pentingnya pola hidup sehat, pemantauan tekanan darah secara teratur dan kepatuhan terhadap pengobatan. Secara keseluruhan, intervensi yang dilakukan berhasil membantu mengurangi tekanan darah Ny.L dan meningkatkan kesadaran keluarga mengenai pentingnya pengelolaan hipertensi.

### **B. Saran**

#### **1. Bagi Profesi Keperawatan**

Perawat diharapkan dapat mengembangkan kompetensi dalam memberikan asuhan keperawatan berbasis bukti, seperti penerapan terapi rendam kaki air hangat sebagai intervensi tambahan untuk menurunkan tekanan darah. Selain itu, perawat perlu meningkatkan kemampuan edukasi kepada klien dan keluarga mengenai pentingnya pengelolaan

hipertensi, sehingga dapat mendorong kemandirian keluarga dalam menjaga kesehatan.

## **2. Bagi Institusi Pendidikan**

Institusi pendidikan diharapkan dapat memasukkan praktik keperawatan tambahan seperti terapi rendam kaki air hangat dalam kurikulum keperawatan. Selain itu, penelitian dan inovasi terkait terapi non farmakologis untuk hipertensi perlu terus dikembangkan sebagai bagian dari pembelajaran berbasis riset, sehingga mahasiswa lebih siap menghadapi tantangan di dunia praktik.

## **3. Bagi Institusi Kesehatan**

Puskesmas dan rumah sakit diharapkan menyediakan program edukasi rutin tentang pengelolaan hipertensi bagi masyarakat. Institusi kesehatan juga diharapkan mendukung penerapan terapi komplementer, seperti terapi rendam kaki air hangat, dengan memberikan fasilitas dan pelatihan kepada tenaga kesehatan. Hal ini dapat menjadi upaya preventif dan promotive dalam menurunkan angka komplikasi hipertensi.

## **4. Bagi Klien**

Klien dan keluarga diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya pengelolaan hipertensi melalui pola hidup sehat, kepatuhan terhadap pengobatan, serta pemeriksaan kesehatan secara rutin. Klien juga dihibau untuk mencoba pendekatan terapi non farmakologis seperti rendam kaki air hangat sebagai salah satu upaya sederhana untuk menurunkan tekanan darah, disertai dengan pemantauan tekanan darah secara berkala.