

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Pada bab ini merangkum proses asuhan keperawatan yang mencakup pengkajian, penegakkan diagnosa, perencanaan, implementasi, dan evaluasi pada Ny.S yang mengalami hipertensi. Asuhan ini dilakukan dengan menggunakan intervensi berupa pemberian jus belimbing manis di Puskesmas Pandak 1 Bantul Tahun 2024.

1. Pengkajian

Berdasarkan hasil pengkajian pada Ny. S ditemukan bahwa pasien mengalami hipertensi dengan tekanan darah yang naik turun dan memiliki riwayat hipertensi selama 12 tahun. Keluhan utama yang dirasakan meliputi kesemutan, kebas, nyeri tengkuk, dan pusing yang muncul terutama saat kelelahan. Data objektif menunjukkan tekanan darah berkisar antara 135/80 mmHg hingga 140/80 mmHg sebelum terapi.

Dari aspek psikososial, pasien tetap aktif dalam kegiatan Masyarakat dan memiliki dukungan keluarga yang baik. Namun, ditemukan defisit pengetahuan mengenai pengelolaan hipertensi, terutama dalam pola makan, aktivitas fisik, dan manfaat terapi tambahan seperti jus belimbing manis. Selain itu, pasien memiliki riwayat keluarga dengan hipertensi dari ibunya.

Pasien tidak memiliki riwayat alergi atau pembedahan sebelumnya dan secara rutin mengonsumsi obat antihipertensi. Data yang terkumpul memberikan Gambaran menyeluruh mengenai kondisi fisik, psikologis, dan sosial pasien, sehingga menjadi landasan dalam menetapkan diagnosa keperawatan dan menyusun intervensi yang tepat, termasuk penerapan terapi jus belimbing manis sebagai metode nonfarmakologis untuk membantu menurunkan tekanan darah.

2. Diagnosa Keperawatan

Berdasarkan hasil pengkajian terhadap pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pandak 1 Kabupaten Bantul, ditegakkan tiga diagnosa

keperawatan, yaitu perfusi perifer tidak efektif, nyeri akut, dan defisit pengetahuan. Diagnosa perfusi perifer tidak efektif (D.0009) ditetapkan berdasarkan tekanan darah tinggi, riwayat hipertensi selama 12 tahun, serta keluhan kesemutan dan kebas pada ekstremitas. Gangguan perfusi perifer pada hipertensi berkaitan dengan peningkatan tekanan darah dan peradangan pembuluh darah yang tidak terkontrol, yang jika tidak ditangani dapat berisiko menyebabkan komplikasi serius seperti stroke dan serangan jantung.

Diagnosa nyeri akut (D.0077) ditegakkan karena pasien mengeluhkan nyeri tengkuk dengan sensasi seperti ditusuk dan intensitas nyeri skala 5 saat pengkajian awal. Nyeri akut pada penderita hipertensi muncul akibat aktivasi reseptor nyeri yang dipicu oleh tekanan darah tinggi, kelelahan, atau kurang istirahat. Pengkajian nyeri dilakukan menggunakan metode PQRST untuk menentukan lokasi, karakteristik, serta faktor yang mempengaruhi nyeri.

Sementara itu, diagnosa defisit pengetahuan (D.0111) ditetapkan karena pasien kurang memahami manajemen hipertensi, terutama dalam hal pola makan, pentingnya olahraga, dan pemantauan tekanan darah secara mandiri. Pasien menyatakan telah mulai mengurangi asupan garam, tetapi belum memahami sepenuhnya manfaat terapi tambahan seperti jus belimbing manis dalam menurunkan tekanan darah. Diagnosa ini menunjukkan perlunya edukasi lebih lanjut guna meningkatkan pemahaman pasien mengenai pengelolaan hipertensi secara optimal.

3. Intervensi Keperawatan

Intervensi keperawatan pada pasien hipertensi di Puskesmas Pandak 1 Kabupaten Bantul bertujuan untuk menurunkan tekanan darah, mengurangi gejala, dan meningkatkan pemahaman pasien tentang pengelolaan hipertensi. salah satu intervensi utama yang diterapkan adalah pemberian jus belimbing manis selama tiga hari berturut-turut, dengan evaluasi tekanan darah sebelum dan sesudah terapi. Pendekatan alami ini dinilai sederhana, terjangkau, serta memiliki efek samping minimal

dibandingkan obat kimia, terutama jika dikombinasikan dengan pola hidup sehat.

Selain itu, edukasi mengenai pola makan rendah garam dan aktivitas fisik diberikan secara bertahap dengan bahasa yang mudah dipahami, guna mengatasi defisit pengetahuan pasien tentang hipertensi dan mencegah komplikasi. Untuk mengurangi nyeri akut pada tungkuk, intervensi dilakukan dengan teknik relaksasi sederhana, pengaturan posisi tubuh, serta edukasi mengenai pentingnya istirahat yang cukup. Pemantauan rutin terhadap gejala kesemutan dan kebas juga dilakukan untuk menilai peredaran darah perifer dan efektivitas intervensi yang diberikan.

4. Implementasi Keperawatan

Implementasi keperawatan pada pasien hipertensi di Puskesmas Pandak 1 Kabupaten Bantul dilakukan selama tiga hari dengan fokus pada intervensi non-farmakologis dan edukasi eksehatan. Salah satu implementasi utama adalah pemberian terapi jus belimbing manis sebagai metode alami untuk membantu menurunkan tekanan darah. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan setelah terapi guna memantau efektivitasnya. Hasil implementasi menunjukkan bahwa jus belimbing memiliki potensi sebagai terapi tambahan dalam pengelolaan hipertensi, sejalan dengan teori dan penelitian sebelumnya.

Selain itu, pasien diberikan edukasi tentang pola makan rendah garam, aktivitas fisik, dan manajemen stres menggunakan bahasa yang mudah dipahami agar pesan tersampaikan dengan efektif. Pada hari pertama, implementasi difokuskan pada pengenalan manfaat terapi dan pengukuran tekanan darah awal. Hari kedua mencakup edukasi pola makan dan pengelolaan stres, sedangkan hari ketiga dilakukan evaluasi hasil terapi serta penguatan motivasi pasien untuk mempertahankan kebiasaan sehat.

Untuk mengatasi nyeri akut pada tungkuk, pasien diberikan intervensi berupa teknik relaksasi napas dalam dan pengaturan posisi yang nyaman. Teknik relaksasi ini membantu mengurangi konsumsi oksigen,

menurunkan metabolisme, memperlambat frekuensi napas dan denyut jantung, serta mengurangi ketegangan otot dan tekanan darah. Implementasi ini dilakukan secara bertahap dengan pendekatan holistik guna meningkatkan kesehatan pasien secara menyeluruh.

5. Evaluasi Keperawatan

Evaluasi keperawatan pada pasien hipertensi setelah penerapan terapi jus belimbing manis menunjukkan hasil yang positif. Secara subjektif, pasien melaporkan penurunan gejala seperti pusing dan kesemutan, serta merasa lebih nyaman dan tenang. Hasil pengukuran tekanan darah selama tiga hari menunjukkan adanya penurunan tekanan sistolik yang signifikan, meskipun tekanan diastolik mengalami sedikit peningkatan. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa belimbing manis, yang kaya akan serat, kalium, fosfor, dan vitamin C, berkontribusi dalam menurunkan tekanan darah. Selain itu, tingkat kepatuhan pasien dalam mengonsumsi obat juga memengaruhi keberhasilan terapi. Evaluasi juga menunjukkan peningkatan pemahaman pasien mengenai pentingnya pola makan rendah garam dan gaya hidup sehat, yang mendorong motivasi mereka untuk mempertahankan kebiasaan baik tersebut. Secara keseluruhan, terapi belimbing manis terbukti sebagai intervensi non-farmakologis yang efektif dan praktis dalam mendukung pengelolaan hipertensi, terutama jika dikombinasikan dengan edukasi dan modifikasi gaya hidup.

B. Saran

1. Bagi Klien

Klien disarankan untuk secara konsisten menerapkan gaya hidup sehat, seperti pola makan rendah garam, rutin mengonsumsi jus belimbing manis atau makanan yang membantu menurunkan tekanan darah, berolahraga secara teratur, dan mematuhi terapi farmakologis yang direkomendasikan oleh tenaga kesehatan. Selain itu, klien diharapkan untuk aktif mencari informasi terkait hipertensi agar dapat meningkatkan pemahaman dan pengelolaan penyakit secara mandiri.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan disarankan untuk memberikan pendekatan edukasi yang komprehensif kepada pasien dengan hipertensi, khususnya mengenai terapi non farmakologi seperti pemberian jus belimbing manis. Selain itu, diperlukan monitoring berkala untuk menilai efektivitas intervensi yang diberikan. Tenaga kesehatan juga perlu mengutamakan komunikasi yang baik untuk memberikan motivasi kepada pasien dalam mengelola penyakitnya secara holistik.

3. Bagi Puskesmas

Institusi puskesmas diharapkan dapat menyediakan program edukasi rutin yang melibatkan Masyarakat dalam upaya pencegahan dan pengelolaan hipertensi. Puskesmas juga dapat mempertimbangkan implementasi terapi non farmakologis, seperti penggunaan jus belimbing manis, sebagai bagian dari program kesehatan masyarakat. Selain itu, perlu adanya penguatan fasilitas dan sumber daya yang mendukung pemantauan tekanan darah secara berkala.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan disarankan untuk mengintegrasikan penelitian dan penerapan terapi non farmakologis dalam kurikulum kesehatan. Hal ini dapat memperkaya wawasan mahasiswa tentang intervensi berbasis bukti yang efektif. Selain itu, institusi juga diharapkan untuk mendorong mahasiswa melakukan penelitian inovatif terkait pengelolaan penyakit hipertensi guna meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan di Masyarakat.pasien mengenai pentingnya pola makan.