

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penerapan intervensi tehnik relaksasi benson selama 3 hari berturut-turut pagi dan sore selama 10 menit pada Tn.P dengan Hipertensi didapatkan hasil:

1. Pengkajian dilakukan pada tanggal 18 Desember 2024 pukul 08.00 WIB di RSUD dr. Tjitrowardojo Purworejo, didapatkan data inisial klien Tn.P yang berusia 72 tahun, jenis kelamin laki-laki dengan diagnosa medis hipertensi. Dengan keluhan pasien mengatakan mengalami nyeri dada, pusing, dan rasa berat di tengkuknya. Pasien telah dilakukan pemeriksaan dengan hasil : TD : 157/91 mmHg, Nadi : 115 x/ menit, RR : 27 x/menit, SpO2: 97%. BB pasien 80 Kg. TB pasien 162 cm. Adapun hasil laboratorium yang didapat Hemoglobin : 10.9 g/dL (L), hematokrit 34% (L), MCV 69 fL(L), MCH 22 pg (L), limfosit 20.60% (L), monosit 13.10% (H), creatinine 2.33 mg/dL (H).
2. Dari hasil pengkajian asuhan keperawatan penulis menegakkan 1 diagnosa keperawatan utama yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis.
3. Intervensi yang dibeikan adalah terapi non farmakologis tehnik rileksasi benson yang dilakukan selama 3 hari berturut-turut pagi dan sore selama 10 menit, masalah keperawatan teratasi terbukti dengan hasil, pasien dan keluarga mampu mengenal masalah Kesehatan hipertensi, kemudian pasien dan keluarga juga mampu melakukan pengobatan nonfarmakologi Teknik relaksasi benson secara mandiri.
4. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa intervensi tehnik relaksasi benson dapat digunakan sebagai salah satu terapi nonfarmakologi untuk mengontrol dan menurunkan tekanan darah pada salah satu penderita hipertensi di wilayah kerja RSUD dr.Tjitrowardojo Purworejo. Selain menurunkan tekanan darah tinggi terapi relaksasi benson juga dapat

memperlancar aliran darah. Melemaskan otot-otot tubuh dan membuat tubuh menjadi rileks.

B. Saran

1. Bagi Ilmu Pengetahuan

Harapannya membantu mahasiswa keperawatan belajar teknik relaksasi benson meminimalisir tekanan darah tinggi pasien hipertensi.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Berfungsi sebagai referensi intervensi non farmakologis yang digunakan di masyarakat meminimalisir tekanan darah tinggi pasien hipertensi.

3. Bagi Pasien

Harapannya pasien mengenal dan intervensi terapi relaksasi benson mandiri dirumah sebagai penatalaksanaan terapi non farmakologi yang mengurangi tekanan darah tinggi.

4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Harapannya peneliti selanjutnya mengadakan penelitian tehnik relaksasi benson yang digabung metode lain lebih dari satu dibanding hasil keefektifan tehnik.