

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus tentang penerapan terapi relaksasi nafas dalam pada lansia dengan hipertensi yang telah dilaksanakan pada tanggal 25 Februari – 01 Maret 2023 di wilayah kerja Puskesmas Pleret maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Proses asuhan keperawatan dilakukan pada kedua pasien selama 3 hari berturut-turut. Dimulai dari pengkajian pada tanggal 25 dan 27 Februari 2023. Hasil pengkajian didapatkan data kedua pasien memiliki riwayat hipertensi. Setelah dilakukan pengkajian dan analisis data ditegaskan diagnose keperawatan pada pasien 1 yaitu risiko perfusi serebral tidak efektif d.d hipertensi, dan pada pasien 2 yaitu risiko perfusi perifer tidak efektif d.d hipertensi. Berdasarkan masalah tersebut peneliti merencanakan tindakan keperawatan yaitu terapi relaksasi nafas dalam. Tindakan keperawatan dilakukan selama 3 hari berturut-turut yakni 6 kali kunjungan pada pagi dan sore. Masalah keperawatan risiko perfusi serebral tidak efektif dan risiko perfusi perifer tidak efektif dapat teratasi dibuktikan dengan kriteria hasil yang ditetapkan tercapai.
2. Penerapan terapi relaksasi nafas dalam dapat menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.
3. Hasil studi kasus penerapan terapi relaksasi nafas dalam pada lansia dengan hipertensi menunjukkan respon yang berbeda yaitu pada pasien

1 dihari pertama sebelum dilakukan penerapan memiliki tekanan darah 172/95 mmHg, setelah dilakukan penerapan pada hari ketiga tekanan darah menjadi 127/80 mmHg dimana terdapat penurunan tekanan sistolik \pm 45 mmHg dan tekanan diastolik \pm 15 mmHg. Pada pasien 2 dihari pertama sebelum dilakukan penerapan memiliki tekanan darah 209/120 mmHg, setelah dilakukan penerapan pada hari ketiga tekanan darah menjadi 177/98 mmHg dimana terdapat penurunan tekanan sistolik \pm 32 mmHg dan tekanan diastolik \pm 22 mmHg. Perbedaan penurunan tekanan darah pada kedua pasien dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, pada pasien 1 mengkonsumsi obat hipertensi dan pasien 2 tidak, pasien 1 telah menderita hipertensi selama 10 tahun dan pada pasien 2 lebih lama yaitu 16 tahun, dan kebiasaan konsumsi kopi pada pasien 2.

B. Saran

Berdasarkan hasil studi kasus yang telah dilakukan ada beberapa saran yang dapat peneliti sampaikan kepada pihak-pihak yang terkait dengan studi kasus ini sebagai berikut:

1. Bagi Pasien dan Keluarga

Diharapkan pasien dapat menerapkan terapi relaksasi nafas dalam pada pagi dan sore hari dengan frekuensi nafas menjadi 5-10 kali/menit, dan diharapkan keluarga mampu melakukan pendampingan pada pasien dalam program menurunkan tekanan darah.

2. Bagi Perawat dan Kader

Diharapkan penerapan terapi relaksasi nafas dalam ini dapat menjadi alternative atau cara yang mudah dalam menangani pasien dengan hipertensi dalam menurunkan tekanan darah.

3. Bagi Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan mahasiswa dalam menerapkan terapi relaksasi nafas dalam pada lansia dengan hipertensi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hendaknya melakukan pengkajian yang lebih mendalam untuk menentukan diagnose keperawatan yang benar benar sesuai dengan konsisi pasien sehingga didapatkan intervensi yang sesuai juga, serta dapat mengembangkan penelitian khususnya mengenai penerapan terapi relaksasi nafas dalam pada lansia dengan hipertensi.