

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penerapan terapi yoga pada salah satu anggota keluarga dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Srandakan, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Proses asuhan keperawatan dilaksanakan selama 3 (tiga) kali kunjungan ke rumah kedua kasus pada masing-masing diagnosis keperawatan. Pengkajian keluarga di mulai pada hari Selasa, 21 Februari 2023. Setelah dilakukan pengkajian ditegakkan diagnosis yaitu pemeliharaan kesehatan tidak efektif berhubungan dengan ketidakcukupan sumber daya pada keluarga Ibu S dan ditegakkan diagnosis ketidakpatuhan berhubungan dengan program terapi kompleks dan/atau lama pada keluarga Bapak S yang diasuh. Berdasarkan masalah tersebut penulis merencanakan tindakan keperawatan sesuai dengan buku Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SDKI) dan melaksanakan semua intervensi yang telah direncanakan selama 3 (tiga) kali kunjungan kedua pasien pada tanggal 22 Februari–24 Februari 2023. Masalah keperawatan pemeliharaan kesehatan tidak efektif dan ketidakpatuhan dapat teratasi.
2. Pendokumentasian yang dituliskan oleh penulis sesuai dengan keadaan dan keluhan yang dialami oleh pasien dan keluarga yang terdiri dari diagnosis keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan, evaluasi keperawatan, dan pendokumentasian dengan

menggunakan standar yang sudah ditetapkan dalam bentuk pencatatan SOAP pada setiap perkembangan kondisi pasien.

3. Penerapan terapi yoga hipertensi yang telah dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Srandakan terbukti mampu menurunkan tekanan darah pada kedua pasien yang menderita hipertensi. Faktor yang sangat mendukung dalam terlaksananya studi kasus ini adalah peran aktif, kooperatif, tanggung jawab dari kedua pasien dan keluarga, usaha serta semangat yang dilakukan Ibu S dan Bapak S dalam mengontrol tekanan darahnya.
4. Perbandingan hasil penerapan terapi yoga pada kedua pasien dengan hipertensi selama 3 (tiga) kali kunjungan menunjukkan hasil yang berbeda yaitu pada pasien 1 (satu) terdapat penurunan tekanan darah sistolik sebesar 5 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 5 mmHg. Pasien 2 (dua) terdapat penurunan tekanan darah sistolik sebesar 2 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 7 mmHg. Perbedaan penurunan tekanan darah pada kedua pasien dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu, kedua pasien belum rutin menerapkan aktifitas fisik maupun program diet untuk hipertensi. Pasien 1 (satu) telah menderita hipertensi selama 3 (tahun) dengan riwayat penyakit penyerta jantung dan kebiasaan makan masakan asin serta suka makan gorengan, sedangkan pasien 2 (dua) telah menderita hipertensi selama 3 (tahun) dengan riwayat penyakit asam urat dan selalu mengonsumsi teh di pagi hari serta mengonsumsi kopi pada malam hari.

B. Saran

1. Bagi Pasien dan Keluarga

Diharapkan kedua pasien dan keluarga mampu menerapkan perilaku sesuai dengan anjuran yang telah diberikan serta dapat selalu memberikan dukungan kepada anggota keluarga yang menderita hipertensi dalam upaya pencegahan dan manajemen hipertensi. Keluarga dan khususnya pasien dapat melaksanakan penerapan terapi yoga pada salah satu anggota keluarga dengan hipertensi

2. Bagi Puskesmas

Diharapkan pihak puskesmas dapat memberikan informasi terkait penerapan terapi yoga pada salah satu anggota keluarga dengan hipertensi untuk meningkatkan dan melaksanakan program pendidikan kesehatan ataupun tindakan nonfarmakologis terkait manajemen hipertensi untuk mencegah terjadinya hipertensi dalam keluarga dan kemandirian keluarga.

3. Bagi Penulis Selanjutnya

Diharapkan mampu meningkatkan berbagai riset dalam bidang keperawatan keluarga, agar dapat memberikan asuhan keperawatan yang lebih tepat, spesifik, dan akurat. Melaksanakan pengembangan ilmu teknik nonfarmakologis terhadap penurunan tekanan darah dari aspek lainnya dalam penerapan terapi yoga pada pasien hipertensi.