

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil studi kasus tentang penerapan terapi relaksasi nafas dalam pada lansia dengan hipertensi yang telah dilaksanakan pada tanggal 5 - 7 Maret 2024 di wilayah kerja BPSTW Budhi Luhur DIY maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Proses asuhan keperawatan dilakukan pada kedua klien selama 3 hari berturut-turut. Dimulai dari pengkajian pada tanggal 4 Maret 2024. Hasil pengkajian didapatkan data kedua klien memiliki riwayat hipertensi. Setelah dilakukan pengkajian dan analisis data ditegakkan diagnosa keperawatan pada klien 1 dan 2 yaitu gangguan rasa nyaman b.d gejala penyakit (hipertensi). Berdasarkan masalah tersebut peneliti merencanakan tindakan keperawatan yaitu pijat refleksi kaki. Tindakan keperawatan dilakukan selama 3 hari berturut-turut yakni 2 kali kunjungan pada pagi dan sore. Masalah keperawatan gangguan rasa nyaman dapat teratasi dibuktikan dengan kriteria hasil yang ditetapkan tercapai.
2. Penerapan terapi pijat refleksi kaki dapat menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

3. Hasil studi kasus penerapan terapi pijat refleksi kaki pada lansia dengan hipertensi menunjukkan respon yang berbeda yaitu pada klien 1 dihari pertama sebelum dilakukan penerapan memiliki tekanan darah 161/76 mmHg, setelah dilakukan penerapan pada hari ketiga tekanan darah menjadi 126/60 mmHg dimana terdapat penurunan tekanan sistolik  $\pm$  35 mmHg dan tekanan diastolik  $\pm$  16 mmHg. Pada klien 2 dihari pertama sebelum dilakukan penerapan memiliki tekanan darah 150/60 mmHg, setelah dilakukan penerapan pada hari ketiga tekanan darah menjadi 130/56 mmHg dimana terdapat penurunan tekanan sistolik  $\pm$  20 mmHg dan tekanan diastolik  $\pm$  4 mmHg. Perbedaan penurunan tekanan darah pada kedua klien dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, kedua klien sama-sama mengkonsumsi obat hipertensi yaitu amlodipine namun klien 1 telah menderita hipertensi selama 6 tahun dan pada pasien 2 lebih lama yaitu 8 tahun serta kebiasaan konsumsi kopi dan minuman berasa pada klien 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 Klien**

Diharapkan klien dapat menerapkan terapi pijat refleksi kaki pada pagi dan sore hari dengan frekuensi 15-30 menit setiap pertemuan.

### **2. Bagi Perawat dan Pengurus Balai**

Diharapkan penerapan terapi pijat refleksi kaki ini dapat menjadi alternatif atau cara yang mudah dalam menangani klien dengan hipertensi dalam menurunkan tekanan darah.

### **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Hendaknya melakukan pengkajian yang lebih mendalam untuk menentukan diagnosa keperawatan yang benar benar sesuai dengan konsisi klien sehingga didapatkan intervensi yang sesuai juga, serta dapat mengembangkan penelitian khususnya mengenai penerapan terapi pijat refleksi kaki pada lansia dengan hipertensi.