

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil asuhan keperawatan pada dua kasus lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gamping I dapat disimpulkan :

1. Asuhan keperawatan pada lansia Ny. S dan Ny. N dengan hipertensi melalui pendekatan proses asuhan keperawatan meliputi pengkajian, diagnosis, perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi keperawatan dengan penerapan *Slow Stroke Back Massage* dalam upaya pemenuhan kebutuhan istirahat untuk menurunkan tekanan darah. Proses asuhan keperawatan dilaksanakan selama enam kali kunjungan rumah mulai tanggal 3 Maret 2024 sampai 8 Maret 2024.

a. Pengkajian

Pengkajian dilakukan dengan metode observasi, wawancara, dan pemeriksaan fisik. Data fokus pada pasien Ny. S dan Ny. N homogen didapatkan kesamaan yaitu mengalami gangguan pola tidur dan didapatkan perbedaan yaitu lama menderita hipertensi dan hasil pengukuran tekanan darah.

b. Diagnosis keperawatan

Diagnosa keperawatan yang muncul berjumlah dua yaitu gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur dan defisi pengetahuan tentang manajemen hipertensi berhubungan dengan kurang terpapar informasi. Diagnosa utama yang muncul adalah gangguan pola tidur .

c. Perencanaan keperawatan

Perencanaan keperawatan yang disusun penulis berdasarkan buku Standar Intervensi Keperawatan Indonesia dan Standar Luaran Keperawatan Indonesia, serta berdasarkan penerapan dari *evidence based nursing*. Intervensi utama sesuai keluhan pasien yaitu gangguan pola tidur diberikan terapi *Slow Stroke Back Massage*.

d. Implementasi keperawatan

Implementasi dilakukan pada pasien merujuk pada intervensi dan jurnal *evidence based practice* yang telah disusun sebelumnya.

e. Evaluasi keperawatan

Hasil asuhan keperawatan selama 6 kali kunjungan tujuan diagnosis keperawatan tercapai. Diagnosa keperawatan utama yaitu gangguan pola tidur teratasi dengan pemberian terapi *Slow Stroke Back Massage*. Hal ini didukung oleh beberapa faktor salah satunya pasien yang kooperatif dan memiliki hubungan saling percaya antara pasien dan penulis.

2. Pelaksanaan penerapan terapi *Slow Stroke Back Massage* dalam pemenuhan kebutuhan istirahat untuk menurunkan tekanan darah pada kedua lansia berjalan dengan lancar sesuai dengan rencana dan kontrak waktu. Kedua lansia dengan hipertensi mengalami penurunan keluhan gangguan pola tidur serta terjadi penurunan tekanan darah secara bermakna setelah diberikan *Slow Stroke Back Massage* selama enam kali kunjungan dalam satu minggu dengan durasi 30 menit.

3. Faktor Pendukung dan Penghambat

a. Faktor pendukung

Faktor pendukung yaitu peran aktif pada kedua lansia saat dilakukannya penerapan terapi, sikap dan motivasi kedua lansia yang kooperatif, sehingga implementasi dapat dilakukan sesuai dengan perencanaan yang sudah dirancang.

b. Faktor penghambat

Terapi *Slow Stroke Back Massage* ini tidak dapat dilakukan sendiri dan membutuhkan bantuan orang lain untuk dapat melakukannya sedangkan lansia tinggal tidak dengan keluarganya sehingga dalam pelaksanaannya dibutuhkan bantuan dari orang lain.

B. Saran

1. Bagi Puskesmas

Diharapkan pihak puskesmas dapat menindak lanjuti asuhan keperawatan yang diberikan dan diintegrasikan dengan program kunjungan rumah guna membina warga binaanya untuk melakukan *slow stroke back massage* khususnya pada lansia penderita hipertensi.

2. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Mahasiswa keperawatan agar menjadikan *slow stroke back massage* sebagai *evidence based practice* dalam penatalaksanaan asuhan keperawatan gerontik dengan hipertensi.

3. Bagi Keluarga Lansia dengan Hipertensi

Peran Keluarga sangat penting dalam meningkatkan derajat kesehatan klien, khususnya keluarga yang tinggal dekat dengan lansia diharapkan dapat menjalankan perannya sebagai sumber pendukung, memotivasi pasien terhadap terapi serta keluarga mampu melakukan *slow stroke back massage* secara mandiri di rumah dalam upaya menurunkan tekanan darah, memantau aktivitas yang dilakukan, mematuhi diet yang diberikan atas perintah dokter atau tenaga medis yang lain agar terhindar dari komplikasi hipertensi.