

## **BAB VI PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil studi kasus pada Ny. W dan Ny. T dengan judul “Penerapan Terapi Relaksasi Genggam Jari Dalam Pemenuhan Rasa Nyaman Untuk Penurunan Tekanan Darah pada Keluarga Dengan Hipertensi di Puskesmas Gamping 1” penulis menyusun beberapa kesimpulan, yaitu:

1. Berdasarkan data pengkajian Ny. W dan Ny. T, kedua klien merupakan pasien hipertensi dan mengeluh tidak nyaman akibat gejala penyakit hipertensi pusing dan kekakuan pada leher terkadang pandangan buram saat tekanan darah naik. Keluhan ini muncul saat kedua klien memiliki banyak pikiran atau stress dan kelelahan setelah beraktifitas. Kedua klien mengatakan hal-hal tersebut mengganggu rasa nyamannya. Masalah keperawatan utama dan aktual adalah gangguan rasa nyaman berhubungan dengan gejala penyakit. Intervensi yang diberikan merupakan terapi relaksasi genggam jari selama 5 hari kunjungan secara berturut turut dengan durasi 30 menit setiap pertemuan. Klien dan keluarga kooperatif, selama dilakuka penerapan klien dan keluarga antusias. Tindakan dan evaluasi yang diberikan kepada kedua klien telah diberikan secara maksimal dan sesuai dengan standar asuhan keperawatan. Rasa nyaman pasien meningkat dan tekanan darah pasien menurun sehingga masalah keperawatan gangguan rasa nyaman teratasi.
2. Status kenyamanan kedua klien meningkat setelah penerapan relaksasi genggam jari pada kedua klien. Terdapat pengaruh terapi relaksasi genggam jari dalam pemenuhan rasa nyaman untuk penurunan tekanan darah pada keluarga dengan hipertensi di Puskesmas Gamping 1.
3. Pada penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini menunjukkan adanya faktor pendukung dan penghambat yang berasal dari penulis dan keadaan lapangan saat pelaksanaan asuhan keperawatan berlangsung.

## **B. Saran**

### **1. Bagi Klien**

Disarankan pasien dan keluarga menerapkan teknik relaksasi genggam jari secara mandiri untuk memberikan rasa nyaman dan penurunan tekanan darah.

### **2. Bagi Perawat Puskesmas**

Disarankan dapat menggunakan teknik relaksasi genggam jari sebagai intervensi non-farmakologis sebagai intervensi penunjang dalam pengelolaan hipertensi.

### **3. Bagi Mahasiswa**

Disarankan dengan adanya penulisan karya ilmiah ini mahasiswa keperawatan atau kesehatan dapat mempelajari dan memahami teknik serta manfaat relaksasi genggam jari dalam upaya pengelolaan hipertensi sehingga mampu mengimplementasikannya dalam praktik klinik atau pengabdian masyarakat.

### **4. Bagi Penulis Selanjutnya**

Diharapkan penulis selanjutnya dapat mengembangkan penulisan terkait tindakan teknik relaksasi genggam jari dalam pemenuhan kebutuhan rasa nyaman pada pasien hipertensi.