

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan “Asuhan Keperawatan dengan Pemberian Teh Rosella kombinasi Kayu Manis untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi” yang dilakukan terhadap keluarga Tn.M khususnya Ny.A dan keluarga Ny.G khususnya Ny.G di wilayah Kecamatan Cipayung, Jakarta Timur, peneliti menyimpulkan:

1. Hasil pengkajian menunjukkan kesesuaian antara data lapangan dengan teori mengenai hipertensi. Pada penajakan I di dapatkan hasil pengkajian Kedua responden memiliki riwayat hipertensi dengan hasil tekanan darah pada Ny.A 148/100 mmHg dan Ny.G 145/100 mmHg, yang didukung oleh faktor genetik dan kebiasaan keluarga serta kurangnya mendukung pengelolaan tekanan darah, seperti konsumsi garam yang berlebihan dan kurangnya aktivitas fisik.

Penajakan I menunjukkan bahwa kedua keluarga memiliki kondisi struktural dan lingkungan fisik yang cukup mendukung. Dukungan sosial dan dinamika keluarga berjalan adaptif, meskipun terdapat perbedaan struktur keluarga dan tahap perkembangan yang dijalani. Namun, masalah kesehatan seperti hipertensi dan penyakit penyerta masih ditemukan, terutama karena riwayat keluarga, pola makan tinggi garam, dan aktivitas fisik yang rendah. Kondisi ini menunjukkan bahwa kedua keluarga memiliki risiko kesehatan yang perlu dikelola lebih lanjut secara preventif dan promotif.

Penajakan II menunjukkan bahwa kemampuan keluarga dalam menjalankan lima tugas pokok fungsi keperawatan keluarga belum optimal. Kedua keluarga sudah mengenali hipertensi sebagai masalah kesehatan, tetapi belum mampu mengambil keputusan secara tepat, belum konsisten dalam memberikan perawatan, dan belum memanfaatkan fasilitas kesehatan secara maksimal. Selain itu,

meskipun lingkungan fisik sudah cukup mendukung, pengelolaan gaya hidup sehat belum dilakukan secara teratur, dan pemantauan tekanan darah belum menjadi kebiasaan.

Secara keseluruhan, hasil penjajakan I dan II menunjukkan bahwa kedua keluarga bersikap kooperatif dan memiliki mekanisme koping yang cukup baik, namun masih memerlukan intervensi keperawatan yang berfokus pada peningkatan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran keluarga dalam pengelolaan hipertensi secara mandiri dan berkelanjutan.

2. Diagnosis keperawatan utama yang diangkat dalam studi kasus pada kedua keluarga ini adalah manajemen kesehatan keluarga tidak efektif (D.0115) berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang sakit, hal ini sesuai dengan teori dari kategori diagnosis keperawatan pada penderita hipertensi.
3. Intervensi keperawatan dilakukan dengan menyesuaikan pada masalah keperawatan utama yang ditemukan selama proses pengkajian. Strategi intervensi disusun berdasarkan diagnosis keperawatan yang telah ditetapkan, dan diarahkan pada pemenuhan lima tugas pokok keluarga, yaitu mengenali masalah kesehatan, membuat keputusan terkait penanganan, memberikan perawatan kepada anggota keluarga yang sakit, melakukan modifikasi lingkungan, serta memanfaatkan layanan kesehatan secara optimal.

Peneliti merencanakan untuk bantu keluarga menurunkan tekanan darah melalui pemberian teh rosella kombinasi kayu manis sebagai terapi pendukung non farmakologis. Selain itu, dilakukan pula penyuluhan kesehatan dan demonstrasi cara pembuatan ramuan herbal kepada keluarga, sehingga mereka dapat melanjutkan upaya pengelolaan tekanan darah secara mandiri di rumah. Dilakukannya juga penyuluhan kesehatan dan demonstrasi cara pembuatan ramuan herbal kepada keluarga, sehingga mereka dapat melanjutkan upaya pengelolaan tekanan darah secara mandiri di rumah.

Secara keseluruhan, proses penyusunan intervensi keperawatan pada keluarga berjalan lancar, dengan dukungan yang kuat dari keluarga dan kesiapan penulis dalam merancang strategi yang sesuai dengan kondisi yang ada. Kombinasi antara potensi internal keluarga dan kompetensi penulis memungkinkan intervensi yang disusun menjadi lebih kontekstual, realistis, dan mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

4. Implementasi dilakukan selama tujuh hari dengan pendekatan edukatif dan partisipatif. Peneliti memberikan edukasi kesehatan, demonstrasi, diskusi, dan konseling kepada keluarga mengenai cara menurunkan tekanan darah melalui intervensi herbal teh rosella kombinasi kayu manis yang sesuai dengan tugas khusus keluarga yaitu mengenali masalah kesehatan, membuat keputusan terkait penanganan, memberikan perawatan kepada anggota keluarga yang sakit, melakukan modifikasi lingkungan, serta memanfaatkan layanan kesehatan secara optimal.
5. Berdasarkan hasil evaluasi terhadap pelaksanaan asuhan keperawatan keluarga dengan masalah hipertensi, dapat disimpulkan bahwa intervensi keperawatan yang telah dilakukan melalui pendekatan edukasi kesehatan, diskusi, konseling, serta demonstrasi pembuatan teh rosella kombinasi kayu manis memberikan hasil yang positif.

Evaluasi terhadap pencapaian tujuan umum keperawatan dalam hal manajemen kesehatan keluarga menunjukkan bahwa hasil yang dicapai belum sepenuhnya efektif. Hal ini disebabkan karena perubahan perilaku yang diharapkan, seperti konsistensi dalam melakukan pemantauan tekanan darah secara mandiri dan penerapan pola hidup sehat secara menyeluruh, belum terlaksana secara optimal. Meskipun keluarga telah memahami pentingnya pengelolaan hipertensi dan menunjukkan sikap positif terhadap intervensi yang diberikan, implementasi perilaku yang berkelanjutan masih memerlukan pendampingan lanjutan.

Berdasarkan hasil evaluasi secara menyeluruh, dapat disimpulkan bahwa tujuan umum keperawatan dengan diagnosa "manajemen kesehatan keluarga tidak efektif" belum sepenuhnya tercapai. Meskipun terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap keluarga terkait pengelolaan hipertensi, serta adanya penurunan tekanan darah pada kedua responden, perubahan perilaku yang berkelanjutan dalam penerapan pola hidup sehat belum terlaksana secara optimal. Keluarga masih menunjukkan ketidakkonsistenan dalam melakukan pemantauan tekanan darah secara mandiri dan dalam menjaga pola konsumsi rendah natrium. Hal ini mengindikasikan bahwa intervensi keperawatan yang diberikan baru efektif pada aspek kognitif dan afektif, sementara aspek psikomotor atau perilaku masih memerlukan pendampingan dan pemantauan lanjutan agar tercapai kemandirian dalam manajemen kesehatan keluarga secara menyeluruh.

6. Pemberian teh rosella kombinasi kayu manis terbukti aman, mudah, dan efektif sebagai alternatif terapi non-farmakologis dalam membantu menurunkan tekanan darah, dengan efek diuretik dari rosella dan efek vasodilatasi serta antihipertensi dari kayu manis. Efek tersebut diduga berkaitan dengan kandungan antihipertensi alami, seperti antiosianin dan flavonoid dalam rosella yang memiliki sifat diuretik dan antioksidan, serta senyawa cinnamaldehyde pada kayu manis yang diketahui membantu memperbaiki fungsi pembuluh darah dan menurunkan tekanan darah melalui mekanisme vasodilatasi.

## B. Saran

### 1. Bagi Masyarakat

Masyarakat, khususnya penderita hipertensi, diharapkan dapat memanfaatkan kombinasi Teh Rosella dan Kayu Manis sebagai salah satu alternatif terapi non farmakologis yang dapat digunakan secara mandiri di rumah. Intervensi ini diharapkan mampu menjadi pelengkap pengobatan medis dalam menurunkan tekanan darah dan menjaga

kestabilan kondisi kesehatan. peran aktif anggota keluarga sangat diperlukan, dalam mengingatkan konsumsi herbal, membantu menerapkan pola hidup sehat, mendorong penderita untuk rutin melakukan pemeriksaan tekanan darah untuk mendeteksi komplikasi sejak dini dan meningkatkan kualitas hidup dengan hipertensi.

2. Bagi pengembangan ilmu dan teknologi keperawatan

Hasil studi ini diharapkan dapat menjadi referensi awal dalam pengembangan intervensi keperawatan berbasis terapi komplementer di tingkat keluarga dan komunitas. Dengan adanya pendekatan yang memadukan edukasi kesehatan dan pemanfaatan tanaman herbal seperti rosella dan kayu manis, diharapkan perawat memiliki alternatif intervensi yang dapat disesuaikan dengan karakteristik budaya, ekonomi, dan preferensi masyarakat lokal. Integrasi terapi komplementer dalam asuhan keperawatan keluarga juga diharapkan dapat memperkuat pencapaian program pengendalian penyakit tidak menular di masyarakat.

3. Bagi Penulis

Penulis perlu melakukan penelitian lanjutan dengan jangkauan responden yang lebih luas dan durasi intervensi yang lebih lama, untuk memperoleh hasil yang lebih kuat dan dapat digeneralisasikan, serta memperkuat bukti ilmiah tentang efektivitas terapi herbal teh rosella kombinasi kayu manis dalam pengelolaan hipertensi.