

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian “Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Pemberian Minuman Kombinasi Bunga Telang dan Lemon untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Jakarta Timur”, maka diperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Proses Pengkajian Penjajakan 1, pengkajian keperawatan keluarga dilakukan secara menyeluruh melalui dua tahap. Pada Penjajakan 1, keluarga Tn. S dan Tn. T menunjukkan struktur keluarga yang cukup baik dengan komunikasi terbuka dan peran anggota keluarga yang berjalan sesuai, namun masih ada hal yang perlu dikembangkan dalam tugas perkembangan keluarga karena ada anggota keluarga dewasa yang sudah menikah masih tinggal bersama orang tua, namun situasi tersebut tidak menimbulkan konflik atau permasalahan berarti dalam dinamika kehidupan keluarga saat ini. Proses Pengkajian Penjajakan 2, ditemukan bahwa pemahaman keluarga tentang hipertensi masih terbatas. 5 KMK seperti mengenal masalah hipertensi, mengambil keputusan, melakukan perawatan, memodifikasi lingkungan dan memanfaatkan fasilitas Kesehatan masih belum optimal dilakukan. Beberapa kebiasaan yang kurang sehat seperti konsumsi makanan asin, merokok, pola tidur yang buruk masih berlangsung. Keluarga juga belum optimal dalam memanfaatkan fasilitas kesehatan untuk kontrol tekanan darah secara rutin. Secara umum, kemampuan keluarga dalam merawat anggota yang hipertensi masih perlu ditingkatkan agar dapat melakukan manajemen kesehatan yang efektif.
2. Diagnosa Keperawatan, diagnosa utama yang ditegakkan adalah “Manajemen kesehatan keluarga tidak efektif berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga merawat anggota keluarga yang sakit”, karena kendala utama yang ditemukan bukan pada kondisi fisik yang berat, melainkan pada kurangnya keterampilan keluarga dalam perawatan hipertensi secara mandiri.

3. Perencanaan Intervensi, intervensi keperawatan difokuskan pada edukasi kesehatan tentang hipertensi dan penguatan lima tugas kesehatan keluarga. Selain itu, diberikan intervensi komplementer berupa pemberian minuman bunga telang dan lemon dengan dosis 330 ml diberikan selama 7 hari, yang memiliki potensi menurunkan tekanan darah secara alami. Perencanaan disusun dengan memperhatikan kebutuhan, kemampuan, dan budaya keluarga.
4. Implementasi, pelaksanaan intervensi meliputi edukasi, diskusi, konseling keluarga, dan demonstrasi pembuatan minuman bunga telang dan lemon. Selama implementasi, keluarga menunjukkan keterbukaan dan partisipasi aktif. Implementasi berfokus pada tujuan khusus untuk mengatasi TUK 1 sampai dengan TUK 5 dan tujuan umum untuk mengatasi manajemen Kesehatan keluarga tidak efektif. Kendala yang muncul antara lain keterbatasan alat pengukur tekanan darah di rumah, waktu luang keluarga yang terbatas, dan tantangan dalam mengubah kebiasaan hidup yang sudah lama terbentuk.
5. Evaluasi, hasil evaluasi menunjukkan bahwa keluarga Tuan S dan Tuan T telah mengalami peningkatan pengetahuan dan sikap setelah edukasi tentang minuman kombinasi bunga telang dan lemon. Mereka memahami manfaat serta cara kerjanya dalam membantu menurunkan tekanan darah dan menunjukkan ketertarikan untuk melanjutkan konsumsi. Namun, perubahan perilaku belum dapat terlihat karena, sesuai teori Taksonomi Bloom, perubahan terjadi bertahap mulai dari pengetahuan, sikap, hingga tindakan nyata, yang membutuhkan proses dan waktu lebih lama, yaitu sekitar 2 hingga 5 bulan dengan variasi antar individu hingga 335 hari (Singh *et al.*, 2024). Evaluasi ini masih terbatas pada pemeriksaan tekanan darah dan pengamatan klinis, belum mencakup pemeriksaan penunjang yang lebih mendalam.
6. Pemberian minuman kombinasi bunga telang dan lemon sebagai intervensi nonfarmakologis dapat membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan kandungan antosianin, flavonoid, peptida bioaktif, kumarin, polifenol, tanin, vitamin C, kalium, pektin, dan limonoid.

B. Saran

1. Bagi Keluarga dan Masyarakat:

Diharapkan keluarga dapat melanjutkan manajemen kesehatan keluarga secara mandiri dengan rutin mengonsumsi kombinasi bunga telang dan lemon sebagai terapi komplementer. Keluarga juga diharapkan aktif memantau tekanan darah, menjaga keteraturan kontrol ke fasilitas kesehatan, serta meningkatkan deteksi dini komplikasi hipertensi melalui pemeriksaan penunjang seperti EKG, funduskopi, fungsi ginjal, dan tes laboratorium sesuai anjuran tenaga medis.

2. Bagi Praktik Keperawatan:

Perawat diharapkan dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai referensi dalam memberikan asuhan keperawatan keluarga, terutama dalam penerapan terapi komplementer berbasis bahan herbal. Perawat juga perlu meningkatkan peran edukatif dalam membantu keluarga mengenali tanda bahaya hipertensi, membangun pola hidup sehat, serta mendorong keluarga untuk mengikuti pemeriksaan lanjutan secara medis.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya:

Penelitian ini dapat dikembangkan lebih lanjut dengan melibatkan jumlah responden yang lebih besar, memperluas variasi variabel yang diteliti serta memodifikasi jenis intervensi, misalnya dengan mengkombinasikan bahan herbal lain. Durasi intervensi juga sebaiknya diperpanjang untuk mengevaluasi efek jangka panjang secara lebih optimal. Selain itu, penelitian dapat dilakukan pembaharuan tidak harus terbatas pada hipertensi, tetapi dapat diperluas ke berbagai penyakit kronis lainnya, seperti diabetes melitus, gangguan fungsi ginjal, penyakit jantung, asam urat, obesitas, atau gangguan metabolik lainnya. Dengan perluasan tersebut, hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi yang lebih luas dalam pengembangan intervensi nonfarmakologis di bidang kesehatan dan keperawatan.