

## **BAB IV**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil studi kasus Asuhan Keperawatan dengan Pemberian Terapi Relaksasi Benson untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Di Kecamatan Cipayung Jakarta Timur.

1. Pada aspek pengkajian lebih banyak ditemukan kesamaan antara teori dengan kasus dari pengertian, etiologi, faktor resiko, manifestasi klinis, klasifikasi, dan penatalaksanaan, adapun perbedaan antara teori dengan kasus adalah komplikasi dan pemeriksaan penunjang. Komplikasi dari teori dan kasus tidak ditemukan karena hipertensi yang diderita hipertensi derajat I, dan pemeriksaan penunjang antara teori dengan kasus berbeda karena proses asuhan keperawatan dilakukan di rumah keluarga. Didapatkan data dari kedua pasien menunjukkan tanda dan gejala yang sama, tanda dan gejala yang dirasakan pada Ny. B dan Ny. R mengeluh sering pusing dan kenaikan tekanan darah yang di klasifikasikan hipertensi derajat I. Data ini menunjukkan bahwa pasien terdiagnosa hipertensi.
2. Diagnosa keperawatan keluarga Tn. S khususnya Ny. B dan keluarga Tn. S khususnya Ny. B adalah aktual yaitu manajemen kesehatan keluarga tidak efektif berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga merawat anggota keluarga dengan hipertensi. Adapun hasil skoring pada Ny. B 4 2/3 dan Ny. R 3 5/6. Penulis tidak menemukan hambatan untuk merumuskan diagnosa keperawatan keluarga. Faktor mendukung dimana keluarga sangat kooperatif dalam memberikan informasi oleh karena itu didapatkan data yang menunjang merumuskan diagnosa keperawatan.
3. Pada rencana keperawatan didalam kedua kasus tidak ditemukan perbedaan antara teori rencana proses penurunan berbagai intervensi keperawatan yang dibutuhkan untuk mencegah, menurunkan dan mengurangi masalah-masalah yang ada di pasien dan keluarga, dalam kedua kasus tidak ditemukan perbedaan secara teori tujuan khusus maupun tujuan umum dalam teori dan kasus mengarah pada masalah, dan tujuan

khusus dalam teori dan kasus mengarah ke etiologi. Rencana keperawatan yang telah disusun bertujuan untuk meningkatkan kesadaran keluarga agar mampu merawat anggota keluarga yang sakit dengan mendapatkan pengetahuan melalui pendidikan kesehatan tentang penyakit hipertensi dan pemberian terapi relaksasi benson untuk menurunkan tekanan darah yang diberikan oleh peneliti. Sehingga tidak ada perbedaan dalam teori dan kasus karena semua proses melibatkan keluarga.

4. Implementasi keperawatan yang dilakukan pada pasien Ny. B dan Ny. R disesuaikan dengan rencana keperawatan yang telah ditulis oleh peneliti. Dalam proses implementasi yang dilakukan sesuai dengan rencana yang disusun yaitu memberikan pengetahuan melalui pendidikan kesehatan tentang penyakit hipertensi melalui TUK I, II, III, IV, V dan memberikan terapi relaksasi benson untuk menurunkan tekanan darah.
5. Evaluasi keperawatan ini proses akhir dari asuhan keperawatan yang menandakan seberapa adakah masalah teratasi dari implementasi penulisan ini dikenal dengan SOAP. Penulis menyimpulkan pada pelaksanaan TUK I, II, III, IV dan V tercapai. Setelah kunjungan selama 7 hari ke rumah keluarga Tn. S khususnya Ny. B dan keluarga Tn. S khususnya Ny. R manajemen kesehatan keluarga tidak efektif dapat teratasi, serta tekanan darah sebelum dilakukan relaksasi benson yaitu 145/90 mmHg dan 155/100 mmHg, setelah dilakukan terapi relaksasi benson hari terakhir yaitu 130/80 mmHg dan 135/80 mmHg.
6. Kesimpulan dari penelitian relaksasi benson ini dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Relaksasi benson dapat menghambat sistem saraf pusat, meningkatkan aktivitas parasimpatis yang ditandai dengan menurunnya otot rangka, tonus otot jantung, mengganggu fungsi neuroendokrin yang bisa menurunkan tekanan darah dan stres dan bisa dijadikan sebagai salah satu intervensi keperawatan komplementer.

## **B. Saran**

### **1. Bagi masyarakat**

Masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan tentang relaksasi benson untuk menurunkan tekanan darah dengan diberikan pelatihan kepada semua anggota keluarga sehingga bisa dijadikan terapi alternatif untuk hipertensi.

### **2. Bagi Pengembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi Keperawatan**

Dapat menambah keluasan ilmu dan teknologi terapan bidang keperawatan dalam menangani pasien hipertensi dengan menggunakan terapi relaksasi benson. Untuk mengetahui keefektifan sebaiknya menambahkan subyek penelitian dan diberikan pada pasien hipertensi derajatnya lebih tinggi.

### **3. Bagi Penulis**

Bisa melakukan penelitian dengan metode penelitian yang berbeda dan menambah jumlah responden, serta bisa melakukan penelitian dengan tindakan keperawatan komplementer lainnya.