BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

- Gangguan Pola Tidur (D.0055)

  Masalah: Teratasi sebagian.

  Responden 1 (Tn. S):frekuensi terbangun pada malam hari akibat nokturia mengalami penurunan dan klien mengatakan tidurnya lebih nyenyak. Namun, klien masih sesekali terbangun untuk buang air kecil.

  Responden 2 (Tn. M):pola tidur mengalami perbaikan setelah aktivitas pengisian tangki air dan mematikan pompa diatur sebelum tidur sehingga klien tidak perlu sering terbangun pada malam hari.

  Kedua responden tampak lebih segar pada pagi hari dibandingkan kondisi awal.

- Risiko Perfusi Serebral Tidak Efektif (D.0017)

  Masalah: Teratasi sebagian.

  Tekanan darah responden 1 mengalami penurunan dari 160/90 mmHg menjadi 140/80 mmHg pada hari ketujuh.

  Tekanan darah responden 2 mengalami penurunan dari 150/90 mmHg menjadi 140/80 mmHg pada hari ketujuh.

  Selama pemantauan tidak ditemukan tanda gangguan neurologis aktual.

  Kesadaran, orientasi, komunikasi, kemampuan bicara, dan kekuatan ekstremitas tetap dalam kondisi baik.

  Responden tetap mengikuti terapi antihipertensi yang telah diberikan.

  Penurunan tekanan darah tidak dapat dikaitkan hanya dengan pemberian jus mentimun karena intervensi diberikan bersamaan dengan terapi antihipertensi dan asuhan keperawatan lainnya.

  Faktor risiko masih memerlukan pemantauan sehingga masalah belum dapat dinyatakan teratasi sepenuhnya.

- Risiko Jatuh (D.0143)

  Masalah: Teratasi sebagian.

  Kedua responden tidak mengalami kejadian jatuh selama tujuh hari pelaksanaan asuhan keperawatan.

  Responden 1 masih sesekali terbangun pada malam hari untuk buang air kecil, meskipun frekuensinya mengalami penurunan.

  Responden 2 mengalami penurunan aktivitas malam setelah pengisian tangki air dan pemadaman pompa dilakukan sebelum tidur.

  Edukasi keselamatan, pengamanan lingkungan, dan perhatian terhadap aktivitas malam telah dilakukan.

  Faktor risiko jatuh dapat diminimalkan, tetapi masih memerlukan pemantauan karena faktor usia dan aktivitas pada malam hari masih ada.

Kesimpulan Evaluasi

Secara keseluruhan, setelah pelaksanaan asuhan keperawatan selama tujuh hari, ketiga diagnosis keperawatan menunjukkan masalah teratasi sebagian. Terdapat perkembangan positif berupa perbaikan pola tidur, penurunan tekanan darah secara bertahap, tidak ditemukannya tanda gangguan neurologis aktual, serta tidak terjadi kejadian jatuh pada kedua responden.

Pemberian jus mentimun dilakukan sebagai terapi pendamping bersama terapi antihipertensi dan intervensi keperawatan lainnya. Oleh karena itu, perubahan tekanan darah yang terjadi tidak dapat dikaitkan hanya dengan pemberian jus mentimun. Hasil ini merupakan gambaran penerapan intervensi pada dua responden dalam konteks asuhan keperawatan gerontik dan tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan efektivitas jus mentimun secara umum.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil studi kasus mengenai Asuhan Keperawatan Gerontik pada Lansia dengan Hipertensi di UPTD PPSGL Satpel Griya Lansia Kabupaten

Garut**,** penulis memberikan beberapa saran yang diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam upaya peningkatan kualitas pelayanan dan pengembangan ilmu keperawatan, yaitu sebagai berikut:

A. Bagi UPTD PPSGL Satpel Griya Lansia Kabupaten Garut

   Disarankan pihak UPTD PPSGL Satpel Griya Lansia Kabupaten Garut dapat mempertahankan pemantauan tekanan darah secara berkala pada lansia dengan hipertensi serta meningkatkan penerapan intervensi nonfarmakologis sebagai terapi pendamping. Pemberian jus mentimun dapat dipertimbangkan sebagai salah satu bentuk intervensi komplementer setelah memperhatikan kondisi kesehatan, toleransi, pola konsumsi, serta kontraindikasi pada masing-masing lansia.

   Selain itu, petugas diharapkan melakukan pemantauan terhadap kondisi neurologis lansia dengan hipertensi, terutama apabila terdapat keluhan pusing, sakit kepala, perubahan penglihatan, gangguan bicara, atau perubahan kesadaran. Pencegahan jatuh juga perlu diperhatikan, khususnya pada lansia yang sering terbangun pada malam hari untuk buang air kecil atau melakukan aktivitas lainnya.

B. Bagi Perawat

   Perawat disarankan dapat memberikan asuhan keperawatan secara individual berdasarkan kondisi dan faktor risiko masing-masing lansia. Pada lansia dengan gangguan tidur, perawat perlu mengidentifikasi penyebab gangguan tidur terlebih dahulu sehingga tindakan yang diberikan sesuai dengan penyebabnya.

   Pada lansia dengan hipertensi, pemantauan tekanan darah dan status neurologis perlu dilakukan secara berkala. Pemberian intervensi komplementer seperti jus mentimun sebaiknya dilakukan sebagai terapi pendamping dan tidak menggantikan obat antihipertensi yang telah diresepkan. Perawat juga perlu memberikan edukasi mengenai pola makan, aktivitas fisik sesuai kemampuan, kepatuhan minum obat, pemeriksaan

tekanan darah, dan tanda bahaya yang memerlukan pemeriksaan lebih lanjut.

C. Bagi Institusi Pendidikan

Disarankan hasil KTI ini dapat menjadi bahan pembelajaran bagi mahasiswa keperawatan dalam menerapkan asuhan keperawatan gerontik pada lansia dengan hipertensi, khususnya mengenai pengkajian geriatri secara menyeluruh, penetapan diagnosis keperawatan risiko, pemantauan tekanan darah dan neurologis, pencegahan jatuh, dukungan tidur, serta penerapan terapi komplementer dalam asuhan keperawatan.

Institusi pendidikan juga diharapkan dapat mendorong mahasiswa untuk melakukan kajian dan penelitian yang lebih mendalam mengenai intervensi nonfarmakologis pada lansia dengan hipertensi.

D. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan dapat mengembangkan penelitian mengenai pemberian jus mentimun pada lansia dengan hipertensi dengan jumlah responden yang lebih banyak, waktu intervensi yang lebih panjang, serta metode penelitian yang memungkinkan adanya kelompok pembanding. Pengukuran tekanan darah juga dapat dilakukan dengan prosedur dan waktu yang lebih terstandar untuk memperoleh gambaran perubahan tekanan darah yang lebih akurat.

Penelitian selanjutnya juga perlu mempertimbangkan faktor lain yang dapat memengaruhi tekanan darah, seperti kepatuhan minum obat antihipertensi, pola makan terutama konsumsi garam, aktivitas fisik, kualitas tidur, asupan cairan, serta kondisi penyakit penyerta. Dengan demikian, hasil penelitian dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai penerapan jus mentimun sebagai terapi pendamping pada lansia dengan hipertensi.

E. Bagi Responden Dan Lansia Dengan Hipertensi

Lansia disarankan dapat mempertahankan kepatuhan terhadap pengobatan yang telah diberikan, melakukan pemeriksaan tekanan darah secara berkala, menerapkan pola makan yang sesuai, melakukan aktivitas fisik sesuai kemampuan, menjaga pola tidur, serta memperhatikan keselamatan ketika melakukan mobilisasi terutama pada malam hari.

Pemberian jus mentimun dapat digunakan sebagai terapi pendamping apabila sesuai dengan kondisi kesehatan dan anjuran tenaga kesehatan. Lansia tidak dianjurkan menghentikan atau mengganti obat antihipertensi dengan jus mentimun. Apabila muncul keluhan seperti pusing berat, sakit kepala berat, gangguan penglihatan, gangguan bicara, kelemahan anggota gerak, penurunan kesadaran, atau keluhan lain yang memburuk, lansia perlu segera melaporkannya kepada petugas kesehatan.