

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada karya ilmiah ini dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Hasil pengkajian klien dengan diagnosis medis hipertensi, didapatkan pengukuran tekanan darah 170/100 mmHg dengan keluhan utama yang dirasakan nyeri pada kepala hingga tengkuk, nyeri terasa seperti dipukul benda tumpul, skala nyeri 5, nyeri terasa terus-menerus selama 10 menit, sulit untuk memulai tidur dikarenakan merasa nyeri, sering terbangun saat malam hari, dan merasa tidur tidak cukup, klien mengatakan sering lupa meminum obat. Setelah dilakukan pengkajian, didapatkan diagnosis keperawatan penurunan curah jantung berhubungan dengan perubahan *afterload*, nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis, gangguan pola tidur berhubungan dengan kurangnya kontrol tidur, dan ketidakpatuhan berhubungan dengan ketidakadekuatan pemahaman.
2. Intervensi inovasi yang diberikan adalah terapi *foot massage* dan terapi *progressive muscle relaxation*. Setelah dilakukan intervensi inovasi selama 3 hari berturut-turut terdapat penurunan tekanan darah dengan rata-rata 30 mmHg. Dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh terapi *foot massage* dan terapi *progressive muscle relaxation* terhadap penurunan tekanan darah.

B. Saran

1. Saran Bagi Pasien

Diharapkan pasien sering berlatih untuk terapi *foot massage* (pijat kaki) dan terapi *Progressive Muscle Relaxation* (Relaksasi otot progresif) ini kapan saja untuk menurunkan tekanan darah jika tekanan darah pasien naik dan keluarga diharapkan dapat menyiapkan tempat yang nyaman dirumah.

2. Saran Bagi Perawat dan Tenaga Kesehatan

Diharapkan untuk dapat mengaplikasikan langsung terapi *foot massage* kombinasi *Progressive Muscle Relaxation* kepada pasien sesuai indikasi dan dapat menjadikan kombinasi terapi ini sebagai tindakan keperawatan komplementer.

3. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan untuk dapat menerapkan dan menyusun Standar Prosedur Operasional lengkap tentang terapi *foot massage* dengan kombinasi terapi *Progressive Muscle Relaxation* yang dapat diterapkan di semua ruangan yang ada di rumah sakit.

4. Bagi Pendidikan

Diharapkan dapat menyediakan bahan bacaan bagi mahasiswa keperawatan guna menambah pengetahuan tentang terapi *foot massage* dengan kombinasi terapi *Progressive Muscle Relaxation* terhadap menurunkan tekanan darah.

5. Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi untuk mendukung penelitian lebih pada klien dengan hipertensi terhadap pemberian latihan terapi *foot*

massage kombinasi *Progressive Muscle Relaxation* pada pasien hipertensi untuk menurunkan tekanan darah.