

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil intervensi dan pembahasan pada bab sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan bahwa:
  - a. Keluhan utama yang didapatkan adalah pasien mengeluh nyeri pada tengkuk belakang hingga kepala.
  - b. Diagnosa keperawatan yang muncul pada pasien kelolaan yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis, risiko penurunan curah jantung berhubungan dengan perubahan afterload, risiko perfusi serebral tidak efektif ditandai dengan hipertensi, intoleransi aktivitas berhubungan dengan kelemahan, gangguan pola tidur berhubungan dengan kurangnya kontrol tidur, ansietas berhubungan dengan kekhawatiran mengalami kegagalan, defisit pengetahuan berhubungan dengan kurang tepapar informasi, dan ketidakpatuhan berhubungan dengan ketidakadekuatan pemahaman (kurang motivasi).
  - c. Perencanaan yang dibuat ialah manajemen nyeri, manajemen peningkatan tekanan intrakranial, manajemen energi, perawatan jantung, dukungan tidur, teknik relaksasi, edukasi upaya perilaku kesehatan, dan dukungan kepatuhan program pengobatan.
  - d. Implementasi inovasi yang diberikan ialah latihan *isometric handgrip exercise* dan *slow deep breathing*.

- e. Evaluasi yang dilakukan selama 1 hari terjadi perubahan kearah yang lebih baik pada masalah keperawatan yang ada yakni khususnya pada penurunan tekanan darah.
2. Analisis pasien yang menjalani *isometrik handgrip exercise* dan *slow deep breathing* untuk menurunkan tekanan darah menunjukkan adanya perbaikan kondisi umum pasien yang dibuktikan dengan laporan subyektif pasien dan status klinis obyektif. Pasien secara subyektif melaporkan perubahan penurunan tekanan darah dan secara obyektif mereka merasa lebih nyaman dalam hal ekspresi wajah, bahasa tubuh dan respon pasien.

## **B. Saran**

1. Bagi Klien

Latihan *isometric handgrip exercise* dan *slow deep breathing* ini dapat dilanjutkan jika pasien mengeluh atau tidak ada rasa tidak nyaman, karena manfaat pemakaian secara rutin dapat menurunkan tekanan darah dan rasa tidak nyaman.

2. Bagi Perawat

Perawat menawarkan lebih banyak layanan untuk memaksimalkan kualitas hidup klien dan mencegah hipertensi. Diharapkan perawat dapat menerapkan langsung kepada pasien atau memberikan inovasi lain untuk meningkatkan kredensial dalam pelayanan kesehatan dan menawarkan intervensi kepada klien hipertensi sesuai pedoman SOP.

3. Bagi Penulis

Diharapkan hal ini akan semakin mengembangkan pengetahuan dan keterampilan penulis tentang latihan tangan isometrik dan pernapasan

lambat yang dalam agar lebih berguna dan bermanfaat bagi klien lain dengan kasus yang sama atau berbeda dan penyakit yang berbeda.

#### 4. Bagi Rumah Sakit

Kebutuhan untuk mengembangkan pengetahuan dan keterampilan dalam berbagai bidang khususnya bidang keperawatan mandiri adalah pengembangan pengobatan non medis atau pengobatan komplementer untuk menurunkan tekanan darah pasien..

#### 5. Bagi Instansi Pendidikan

Mata kuliah pendidikan terapeutik komplementer yang ada harus dilanjutkan dan dikembangkan lebih lanjut agar kampus Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, khususnya program Sarjana Keperawatan dan Program Studi Profesi Keperawatan dapat menghasilkan perawat-perawat unggul yang berkualitas untuk berwirausaha di masa mendatang.

#### 6. Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat membantu memperkuat peran petugas kesehatan dalam mendukung praktik klinis perawatan pasien hipertensi dengan senam tangan isometrik dan pernapasan dalam yang lambat untuk menurunkan tekanan darah.