

BAB 6

KESIMPULAN

6.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus yang telah dilakukan, didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil pengkajian didapatkan klien mengeluh nyeri kepala sampai tengkuk, seperti ditusuk tusuk, skala nyeri 4, dan hilang timbul. Klien memiliki riwayat hipertensi kurang lebih 3 tahun dan pasien mengatakan sering makan makanan asin. Hasil pengukuran saat pengkajian didapatkan . TD: 180/100 mmHg Pernapasan: 24x/m, Suhu: 36 C, skala nyeri 4
2. Diagnosis keperawatan yang muncul pada pasien yaitu nyeri kronis berhubungan dengan perubahan neurotransmitter ditandai dengan pasien mengeluh nyeri kepala dan tengkuk skala 4, riwayat HT kurang lebih 3 tahun (D.0078) dan perilaku cenderung berisiko berhubungan dengan pemilihan gaya hidup yang tidak sehat (D.0099)
3. Intervensi keperawatan yang dilakukan pada Tn. S selama 3x24 jam adalah manajemen nyeri yang diharapkan dapat membuat tingkat nyeri dan tekanan darah dapat menurun dengan pemberian teknik non farmakologis berupa teknik *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) dan promosi perilaku upaya kesehatan yang bertujuan untuk mengubah perilaku.
4. Implementasi keperawatan dilakukan sesuai dengan intervensi yang telah dibuat yaitu manajemen nyeri dengan pemberian teknik non farmakologis berupa teknik *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) dengan durasi 15 menit 3 hari berturut-turut dan promosi perilaku upaya Kesehatan.

5. Evaluasi dilakukan sebelum dan setelah dilakukan intervensi dimana hasilnya tekanan darah saat pengkajian didapatkan 180/100 mmHg, N 102x/m, skala nyeri 4 dan saat evaluasi didapatkan TD 175/90 mmHg N 90 mmHg. Skala nyeri 3, pada hari kedua sebelum dilakukan intervensi didapatkan hasil pengukuran TD: 170/90 mmHg, N 98x/m, skala nyeri 3 dan setelah diberikan intervensi didapatkan hasil pengukuran 160/80 mmHg N 98x/m, , skala nyeri 2, kemudian dihari terakhir didapatkan hasil pengukuran sebelum intervensi TD 150/80 mmHg N 96 x/m kemudian hasil pengukuran setelah diberikan intervensi yaitu 140/90 mmHg, N 90x/m dan skala nyeri 1. untuk masalah perilaku cenderung berisiko didapatkan hasil evaluasi pada hari pertama pasien sudah bersedia untuk mengubah pola hidup dan melakukan aktivitas fisik, dihari kedua pasien sudah mengurangi konsumsi garam namun masih enggan beraktivitas fisik, selanjutnya di hari ketiga pasien telah mengubah pola hidup dengan cara mengurangi konsumsi garam dan sudah beraktivitas fisik

6.2.Saran

1. Bagi Subyek dan Keluarga

Pasien dan keluarga disarankan untuk melanjutkan terapi *Slow Stroke Back Massage* secara rutin, guna membantu mempertahankan tekanan darah dalam batas normal dan meningkatkan relaksasi tubuh secara keseluruhan. Selain terapi SSBM, pasien dihimbau untuk menerapkan gaya hidup sehat seperti menjaga pola makan rendah garam dan lemak, mengonsumsi buah dan sayuran, menjaga berat badan normal, serta rutin minum obat dan kontrol secara rutin.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan (Puskesmas)

Perawat puskesmas hendaknya dapat menggunakan terapi SSBM sebagai salah satu intervensi alternatif yang dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah pada lansia selain terapi obat antihipertensi.

3. Bagi Pengembangan Institusi Keperawatan

Hasil studi ini dapat menjadi sumber literatur tentang intervensi yang dapat menurunkan tekanan darah, sehingga dapat dimasukkan kedalam bahan pembelajaran mahasiswa tentang terapi komplementer yang dapat dilakukan untuk membantu menurunkan tekanan darah salah satunya dengan menggunakan terapi *Slow Stroke Back Massage*

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat digunakan sebagai referensi untuk peneliti selanjutnya dan dapat dikembangkan dengan mengombinasikan terapi non farmakologis lainnya untuk menurunkan tekanan darah dan skala nyeri