

## BAB V

### KESIMPULAN

#### 5.1 Simpulan

Setelah dilakukannya intervensi, kedua keluarga sudah cukup memahami dan dapat mendemonstrasikan intervensi berupa terapi relaksasi otot progresif yang dianjurkan oleh penulis. Kedua keluarga mampu mendemonstrasikan selama 3 hari. Hasil dari intervensi yang diberikan pada Ny. D dari 180/100 mmHg menjadi 150/100 mmHg. Sedangkan Ny. L dari 150/100 mmHg menjadi 130/90 mmHg.

Maka kesimpulan dari analisa kedua keluarga tersebut di dapatkan penurunan tekanan darah setelah dilakukan terapi relaksasi otot progresif. Ny. L dapat menurunkan tekanan darah lebih optimal dibandingkan Ny. D, hal ini berdasarkan hasil lapangan Ny. D tidak ada dukungan dari anggota keluarga sehingga hasilnya kurang optimal. Keberhasilan yang optimal dapat dipengaruhi oleh dukungan keluarga.

Tingkat kemandirian keluarga Tn. H dan Ny. D setelah dilakukan intervensi, kedua keluarga menerima penulis melakukan intervensi berupa terapi relaksasi otot progresif sampai hari terakhir. Kedua keluarga sudah mengetahui penyakitnya dan cara untuk mengontrol penyakitnya ke pelayanan kesehatan. Kedua keluarga sudah mampu melaksanakan tindakan promotif tentang penyakitnya kepada anggota keluarga lainnya. Tingkat kemandirian keluarga Ny. D berada di tingkat IV dan keluarga Tn. H berada di tingkat IV.

## 5.2 Saran

### 5.2.1 Bagi Keilmuan

Hasil dari studi kasus ini menjadi referensi terkait tindakan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan penatalaksanaan non-farmakologis terapi relaksasi otot progresif, dapat membuktikan teori dan berkontribusi dalam pengembangan pengetahuan di bidang atau studi.

### 5.2.2 Bagi Aplikatif

#### 5.2.2.1 Penulis

Hasil studi kasus ini, dapat meningkatkan pengetahuan dalam pemberian intervensi terapi relaksasi otot progresif untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi, serta memperhatikan dukungan dari keluarga saat melakukan intervensi.

#### 5.2.2.2 Puskesmas Kelurahan Ragunan

Berdasarkan studi kasus ini perawat dapat mengadakan program visit setiap bulan sekali untuk diberikan edukasi tentang dukungan keluarga terhadap pasien dengan hipertensi kepada kader dan juga keluarga pasien yang memiliki hipertensi.

#### 5.2.2.3 Keluarga

Hasil studi kasus ini dapat menjadikan pengetahuan kepada keluarga dalam meningkatkan kemandirian keluarga dalam melakukan perawatan sederhana melalui intervensi terapi relaksasi otot progresif. Keluarga dapat memperhatikan dukungan kepada anggota keluarga yang mempunyai hipertensi sehingga hasil intervensi dapat tercapai dengan optimal.