

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Pengkajian yang telah dilakukan 1 Minggu dan telah dilakukan intervensi seminggu 3 kali dengan pengulangan 2 kali dalam sehari, dengan total 3 hari. Kepada Tn.N didapatkan bahwa Tn.N mengalami Hipertensi Stage Krisis, hipertensi dengan tekanan darah 180/90 mmHg mmHg dengan keluhan klien mengatakan bahwa pusing, sakit kepala, tengkuk terasa berat. Klien mengatakan nyeri dirasakan saat terlalu banyak melakukan aktivitas dan berkurang apabila di bawa istirahat. Klien mengatakan nyeri terasa seperti ditimpa benda berat. Klien mengatakan nyeri di bagian tengkuk. Skala nyeri 4. Klien mengatakan nyeri yang dirasakan hilang timbul. Sedangkan Tn.J juga mengalami krisis hipertensi dengan tekanan darah TD : 200/100 mmHg, sedangkan Tn.J mengeluh sering merasa pusing dan nyeri pada leher seperti tertusuk dan dipukuli, nyeri yang dirasakan Tn.J hilang timbul, Skala nyeri 5.

Terapi relaksasi Benson sebagai terapi pelengkap untuk menurunkan tekanan darah, di samping itu klien tetap harus minum obat serta menjaga pola hidup sehat. Penulis melakukan intervensi terapi relaksasi Benson kepada klien Tn.N dan Tn.J yang implementasinya dilakukan pada tanggal 13 Mei 2025 sampai 16 Mei 2025 pada Tn.N dan 13 Mei 2025 sampai 16 Mei 2025 pada Tn.J. Setelah dilakukan implementasi didapatkan hasil bahwa terdapat penurunan tekanan darah yang sama, namun pada total penurunan tekanan darah antara kedua klien berbeda. Tn.J memiliki total

penurunan tekanan darah lebih besar dibandingkan Tn.N.

Penulis juga menganjurkan klien agar menerapkan pola hidup sehat diantaranya olahraga secara rutin, mengelola stress dengan baik, mengurangi konsumsi garam, dan rutin kontrol tekan darah serta minum obat secara teratur.

5.2. Saran

5.1.1 Bagi Penderita Hipertensi

Bagi penderita Hipertensi disarankan agar dapat melakukan pengobatan nonfarmakologis yaitu tehnik relaksasi benson untuk menurunkan tekanan darah dan menurunkan nyeri.

5.1.2 Bagi pengembangan Karya ilmiah selanjutnya

Mahasiswa program profesi selanjutnya diharapkan lebih mengembangkan lagi tentang intervensi Teknik relaksasi benson dengan subyek penelitian lebih dari dua subyek penelitian sehingga dapat meningkatkan kualitas hasil penelitian selanjutnya.

5.1.3 Bagi RSUD Budi Asih

Bagi RSUD Budi Asih disarankan untuk memberikan pengobatan alternatif seperti latihan relaksasi benson untuk menurunkan tekanan darah. Saat perawat mengajarkan relaksasi benson diharapkan perawat memiliki keyakinan yang sama dengan klien mengingat terapi relaksasi benson mengabungkan antara relaksasi dengan keyakinan yang dianut oleh pasien.