

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Setelah dilaksanakan praktik profesi asuhan keperawatan pada pasien dengan Hipertensi Urgensi, yaitu Tn. J dan Ny. A, selama lima hari perawatan (22–27 November 2025) di ruang ICU RSUD Benda Tangerang, dengan penerapan asuhan keperawatan yang komprehensif, terstruktur, dan berkelanjutan berdasarkan standar SDKI–SLKI–SIKI, serta integrasi teknik relaksasi *Benson*, maka dapat disimpulkan sebagai berikut::

5.1.1. Setelah dilaksanakan praktik profesi asuhan keperawatan pada pasien dengan Hipertensi Urgensi, yaitu Tn. J dan Ny. A, selama lima hari perawatan (24–28 November 2025) di ruang ICU RSUD Benda Tangerang, dengan penerapan asuhan keperawatan yang komprehensif, terstruktur, dan berkelanjutan berdasarkan standar SDKI–SLKI–SIKI, serta integrasi teknik relaksasi *Benson*, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

5.1.2. Pelaksanaan asuhan keperawatan selama lima hari yang mengacu pada SDKI (2021), SLKI (2019), dan SIKI (2020) telah dilaksanakan secara sistematis dan konsisten. Intervensi utama meliputi pemantauan ketat status hemodinamik (tekanan darah, frekuensi nadi, frekuensi napas, dan MAP), perawatan sirkulasi perifer, perawatan jantung, manajemen energi dan aktivitas,

kolaborasi pemberian terapi antihipertensi, serta penerapan teknik relaksasi *Benson* sebagai intervensi mandiri keperawatan untuk menurunkan respons simpatis dan meningkatkan stabilitas kardiovaskular.

5.1.3. Hasil evaluasi menunjukkan adanya perbaikan klinis bertahap pada kedua pasien dari hari pertama hingga hari ketiga perawatan.

Pada Tn. J, nilai MAP menurun secara bertahap dari kisaran >105 mmHg pada hari pertama menjadi $\pm 85-95$ mmHg pada hari kedua dan ketiga, sesuai target perfusi aman, disertai penurunan frekuensi nadi, akral yang mulai hangat, CRT < 3 detik, serta peningkatan toleransi aktivitas hingga mampu duduk tanpa keluhan lemas. Pada Ny. A, nilai MAP yang awalnya masih tinggi (>100 mmHg) pada hari pertama menunjukkan penurunan menjadi ± 96 mmHg pada hari kedua dan ± 93 mmHg pada hari ketiga, disertai berkurangnya keluhan pusing, penurunan kecemasan, dan perbaikan kualitas tidur. Penerapan teknik relaksasi *Benson* secara rutin sejak hari pertama memberikan respons positif berupa penurunan ketegangan otot, pola napas lebih teratur, penurunan frekuensi nadi, ekspresi wajah lebih tenang, serta penurunan tekanan darah dan MAP setelah intervensi. Respons ini menunjukkan adanya penurunan aktivasi sistem saraf simpatis yang berkontribusi terhadap perbaikan curah jantung dan perfusi perifer.

5.1.4. Dengan demikian, asuhan keperawatan yang diberikan terbukti efektif dalam mengatasi masalah keperawatan utama pada pasien hipertensi urgensi, meningkatkan stabilitas hemodinamik, mencapai target MAP yang aman, serta mendukung proses pemulihan pasien. Integrasi intervensi fisiologis dan psikologis, khususnya teknik relaksasi *Benson*, berperan penting dalam meningkatkan kenyamanan, ketenangan, dan kesiapan pasien untuk melanjutkan perawatan secara mandiri setelah dipulangkan.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi pasien

Diharapkan pasien mampu mempertahankan pengendalian tekanan darah melalui kepatuhan terhadap terapi medis, pengaturan aktivitas sesuai kemampuan, serta penerapan teknik relaksasi *Benson* secara mandiri sebagai strategi nonfarmakologis untuk menurunkan stres, menjaga stabilitas tekanan darah, dan mencegah kekambuhan hipertensi.

5.2.2 Bagi RSUD Benda Tangerang

Hasil asuhan keperawatan ini diharapkan dapat menjadi dasar penguatan standar pelayanan keperawatan pada pasien hipertensi urgensi, khususnya dengan mengintegrasikan teknik relaksasi *Benson* sebagai intervensi mandiri keperawatan dalam praktik perawatan intensif dan berkelanjutan.

5.2.3 Bagi Fikes UNAS

Penulisan ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai bahan pembelajaran dan referensi akademik untuk meningkatkan pemahaman mahasiswa mengenai penerapan asuhan keperawatan berbasis SDKI–SLKI–SIKI, serta penggunaan intervensi nonfarmakologis berbasis bukti pada pasien dengan gangguan kardiovaskular, khususnya hipertensi urgensi.

5.2.4 Bagi profesi perawat

Diharapkan hasil ini dapat mendorong pengembangan praktik keperawatan berbasis bukti (*evidence-based nursing*) serta memperkuat peran perawat dalam mengoptimalkan intervensi mandiri dan kolaboratif, termasuk penerapan teknik relaksasi *Benson* sebagai bagian dari pendekatan keperawatan holistik pada pasien hipertensi.

