

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan program studi ners. Target kompetensi yang harus dicapai penulis yaitu mendapatkan Hak Kekayaan Intelektual (HKI) dari produk yang dihasilkan berupa *booklet*.

Booklet ini membahas tentang Edukasi Hipertensi dan Tindakan Pengendalian Melalui Terapi Relaksasi Otot Progresif, sebagai salah satu panduan yang sangat penting untuk diketahui oleh masyarakat khususnya pada masyarakat dengan riwayat Hipertensi, agar informasi dan wawasan masyarakat bertambah, dengan demikian pemahaman dan kesadaran masyarakat terkait pendidikan kesehatan serta pengendalian hipertensi dengan modifikasi gaya hidup, obat dan terapi komplementer meningkat

Hasil analisis SWOT didapatkan hasil bahwa produk *booklet* ini sangat bagus dan memiliki kekuatan serta peluang yang baik. Setelah produk selesai dibuat, kemudian penulis melakukan pengajuan pencatatan ciptaan, selanjutnya *booklet* mendapatkan sertifikat Hak Kekayaan Intelektual (HKI).

V.2 Saran

Berdasarkan data, terdapat beberapa hal yang diperlukan sebagai saran, yaitu :

a. Bagi Masyarakat

Masyarakat terutama mereka yang mengalami tekanan darah tinggi, diharapkan untuk fokus terhadap pola hidupnya seperti melakukan diet, olah raga, mengurangi konsumsi alkohol, garam, rokok supaya tidak berlanjut terhadap komplikasi. Hal tersebut dapat dikendalikan dengan melakukan pencegahan farmakologi dan non farmakologi yaitu terapi komplementer relaksasi otot progresif. Selain karena harga yang murah, terapi ini mudah dilakukan dan aman untuk pasien. Oleh karena itu,

masyarakat juga perlu ikut serta dalam melakukan pencegahan masalah kesehatan hipertensi dengan menggunakan media edukasi *booklet*.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Booklet dengan judul “Edukasi Hipertensi dan Tindakan Pengendalian Melalui Terapi Relaksasi Otot Progresif” dapat membantu pendidik memberikan pengetahuan dan wawasan terkait edukasi tekanan darah tinggi (hipertensi) serta meningkatkan pemahaman masyarakat tentang bagaimana cara penanganan hipertensi yang benar dan membantu masyarakat untuk mendapatkan bimbingan guna mencegah masalah kesehatan hipertensi pada masyarakat khususnya yang menderita hipertensi sehingga diharapkan dapat menurunkan angka kejadian hipertensi dan komplikasi akibat hipertensi. Diharapkan institusi yang akan membuat *booklet* dan membahas hipertensi yang disertai terapi untuk menambahkan terapi-terapi yang lainnya yang dapat menurunkan tekanan darah.

c. Bagi Tenaga Kesehatan

Booklet dapat digunakan oleh tenaga kesehatan khususnya perawat untuk menjadi sumber asuhan keperawatan dalam memberikan pendidikan kesehatan kepada masyarakat, dengan demikian informasi dan wawasan masyarakat terkait hipertensi dapat meningkat dan adanya kesadaran masyarakat untuk rutin mengontrol tekanan darah kefasilitas kesehatan, sehingga masalah hipertensi dapat dicegah .