

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengkajian pada keluarga pasien kelolaan yaitu Tn. L, muncul masalah keperawatan utama pemeliharaan kesehatan tidak efektif. Selanjutnya rencana keperawatan disusun berlandaskan SLKI dan SIKI yang dibuat dalam lima tujuan khusus terkait pemenuhan tugas kesehatan keluarga. Implementasi dilaksanakan sesuai dengan uraian rencana yang telah disusun beserta intervensi berbasis bukti yaitu *Spiritual Emotional Freedom Therapy* (SEFT). Evaluasi akhir pada masalah pemeliharaan kesehatan tidak efektif teratasi, dimana keluarga Tn. L mampu menjalankan lima tugas kesehatan keluarga meskipun terdapat beberapa hal yang tidak dapat dievaluasi dan diamati langsung oleh penulis seperti konsumsi diet rendah garam, pengendalian stres, hingga pemanfaatan ke pelayanan kesehatan.

Setelah dilaksanakannya proses asuhan keperawatan keluarga pada keluarga kelolaan dan keluarga resume, maka dapat disimpulkan bahwa *Spiritual Emotional Freedom Therapy* (SEFT) terbukti mampu menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Penerapan SEFT selama tiga kali dalam tiga hari berturut-turut yang dilaksanakan satu kali setiap harinya menunjukkan perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah prosedur tindakan. Hal tersebut dibuktikan dengan penurunan tekanan darah pada pasien kelolaan dari 179/93 mmHg menjadi 165/88 mmHg. Penurunan tekanan darah juga terjadi pada pasien resume yang mendapat intervensi standar disertai terapi komplementer lain yaitu minum air rebusan daun-daun herbal, yaitu 161/91 mmHg menjadi 151/87 mmHg. *Evidence Based Nursing* (EBN) yang telah ada pada penelitian-penelitian terdahulu sesuai dengan hasil temuan di lapangan yaitu pada Tn. L.

V.2 Saran

Berdasarkan penjabaran asuhan keperawatan dan penerapan intervensi berbasis bukti, terdapat beberapa hal yang perlu menjadi perhatian, saran penulis diantaranya adalah:

a. Bagi Lansia dengan Hipertensi

Lansia dengan hipertensi dapat menerapkan SEFT sebagai terapi alternatif atau terapi tambahan untuk menurunkan tekanan darah. Penerapan SEFT dapat dilakukan satu kali setiap hari dengan durasi 5-25 menit selama tiga hari berturut-turut. Lansia juga disarankan mampu mengelola hipertensi melalui modifikasi gaya hidup lainnya seperti mengurangi asupan garam, mengelola stres, dan meningkatkan aktivitas fisik. Produk luaran dalam karya ini juga dapat dijadikan sebagai sumber bacaan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai hipertensi dan SEFT.

b. Bagi Keluarga dengan Anggota Keluarga Lansia Hipertensi

Keluarga hendaknya dapat membantu mengarahkan dan memotivasi anggota keluarga yaitu lansia dengan hipertensi dalam proses pelaksanaan SEFT. Selain itu juga keluarga dapat melakukan upaya-upaya dalam memenuhi lima tugas kesehatan keluarga melalui pemberian dukungan informasi terkait hipertensi, mendukung gaya hidup sehat, melakukan pengawasan pola hidup lansia, menciptakan lingkungan yang tenang, dan membantu lansia dalam memanfaatkan fasilitas pelayanan kesehatan.

c. Bagi Pelayanan Kesehatan

1) Bagi Perawat

Perawat terutama perawat komunitas dapat menerapkan SEFT sebagai salah satu terapi non-farmakologis dalam rencana tindakan keperawatan untuk mengendalikan hipertensi. Perawat dapat melakukan bina hubungan saling percaya pada pertemuan awal dan meningkatkan teknik komunikasi terapeutik *focusing* serta *clarification* pada lansia agar tercapainya komunikasi efektif selama proses asuhan. Perawat juga dapat melibatkan keluarga lansia untuk

mendukung penerapan intervensi tersebut dan meningkatkan kemandirian keluarga.

2) Bagi Puskesmas

Puskesmas sebagai pelayanan kesehatan dapat menjadikan hasil penulisan karya ilmiah ini sebagai rujukan dalam pembuatan program pelayanan di masyarakat berupa penerapan SEFT terutama untuk lansia dengan hipertensi.

d. Bagi Ilmu Keperawatan

Hasil penerapan *Evidence Based Nursing* (EBN) ini dapat dijadikan referensi untuk mengembangkan ilmu keperawatan terutama pembelajaran keperawatan yang berkaitan dengan hipertensi pada lansia atau terapi non-farmakologis.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dan implikasi penerapan SEFT ini dapat digunakan sebagai referensi dan rujukan untuk penelitian selanjutnya terkait terapi alternatif dalam menurunkan tekanan darah terutama pada lansia dengan hipertensi. Peneliti selanjutnya diharapkan mampu mengevaluasi efektivitas SEFT yang digabungkan dengan terapi relaksasi lainnya seperti relaksasi napas dalam, aromaterapi, atau musik islami.