

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil asuhan keperawatan pada klien hipertensi Ny. R di RSPPN Panglima Besar Soedirman dengan masalah nyeri akut, gangguan pola tidur, dan defisit pengetahuan, penulis menyimpulkan bahwa teknik relaksasi *guided imagery* yang diterapkan sebagai intervensi keperawatan memberikan hasil yang efektif. Dari pengkajian awal, klien mengeluhkan nyeri kepala yang terasa seperti ditusuk-tusuk, menjalar ke tengkuk, serta sering terbangun di malam hari akibat nyeri dan suara bising. Selain itu, klien tampak gelisah dan memiliki keterbatasan pengetahuan terkait hipertensi.

Diagnosa keperawatan yang muncul pada klien sesuai dengan patofisiologi hipertensi, meliputi nyeri akut, gangguan pola tidur, dan defisit pengetahuan. Dalam upaya mengatasi nyeri akut, penulis menerapkan teknik *guided imagery* selama 3x24 jam. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa skala nyeri klien mengalami penurunan bertahap dari 6 menjadi 2, dengan tekanan darah yang turun dari 145/103 mmHg menjadi 122/82 mmHg. Klien juga merasa lebih rileks setelah latihan *guided imagery*, menunjukkan adanya manfaat dalam mengurangi ketegangan otot dan kecemasan.

Selain itu, masalah gangguan pola tidur juga berhasil ditangani melalui intervensi dukungan tidur, termasuk modifikasi lingkungan tidur dan pijat tengkuk sebelum tidur. Klien awalnya hanya tidur selama 4-5 jam dengan kualitas tidur yang buruk. Setelah intervensi, klien mampu tidur dengan durasi yang lebih lama dan lebih nyenyak, tanpa gangguan terjaga di malam hari. Hal ini menunjukkan efektivitas teknik relaksasi dalam meningkatkan kualitas tidur pasien hipertensi.

Dalam menangani defisit pengetahuan, klien diberikan edukasi kesehatan mengenai hipertensi, faktor risiko, serta pentingnya gaya hidup sehat. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa klien mampu memahami informasi yang diberikan, dapat menyebutkan kembali faktor risiko hipertensi, serta mulai menerapkan pola makan dan gaya hidup yang lebih sehat. Klien juga berkomitmen untuk membaca kembali

materi yang telah diberikan untuk meningkatkan pemahaman dan kepatuhan dalam perawatan hipertensi.

Tahap evaluasi keperawatan merupakan tahap terakhir dari proses keperawatan. Evaluasi yang dilakukan dalam asuhan keperawatan dikembangkan dalam bentuk SOAP, yang mencerminkan partisipasi pasien dalam setiap tindakan yang diberikan. Berdasarkan evaluasi akhir, dua dari tiga diagnosis keperawatan yang ditetapkan telah berhasil ditangani, yaitu masalah gangguan pola tidur dan defisit pengetahuan, sedangkan nyeri akut menunjukkan perbaikan yang signifikan. Dengan demikian, berdasarkan evaluasi yang telah dilakukan, penulis menyimpulkan bahwa intervensi keperawatan yang diterapkan efektif dalam menangani nyeri akut, gangguan pola tidur, dan defisit pengetahuan pada klien hipertensi. Teknik *guided imagery* terbukti memberikan dampak positif dalam menurunkan nyeri dan tekanan darah, sedangkan edukasi dan dukungan tidur membantu dalam meningkatkan kualitas tidur serta pemahaman klien mengenai penyakitnya.

V.2 Saran

Sesuai dengan yang telah penulis tuliskan dalam karya tulis ilmiah ini, terdapat saran yang ditujukan kepada beberapa pihak, yaitu bagi penulis, mahasiswa, perawat, dan klien. Saran ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas dan efektivitas dalam pemberian asuhan keperawatan khususnya bagi klien hipertensi dengan masalah nyeri akut, gangguan pola tidur, dan defisit pengetahuan.

a. Bagi Penulis

Penulis berharap penelitian ini akan meningkatkan pengalaman, keterampilan, dan wawasan dalam melakukan penelitian ilmiah, khususnya dalam bidang asuhan keperawatan klien hipertensi. Penelitian ini juga memperkaya pemahaman terkait implementasi intervensi non-farmakologis seperti *guided imagery* sebagai metode efektif dalam manajemen nyeri akut. Diharapkan penelitian selanjutnya dapat menggunakan referensi dari SDKI, SLKI, dan SIKI untuk meningkatkan profesionalisme dan komprehensivitas asuhan keperawatan.

b. Bagi Mahasiswa

Penulis berharap karya ilmiah ini dapat menjadi referensi bagi mahasiswa keperawatan dalam memahami dan menerapkan intervensi keperawatan berbasis bukti ilmiah. Diharapkan mahasiswa lebih teliti dan tekun dalam menyusun karya tulis ilmiah agar relevan dengan kondisi klinis saat ini. Kejujuran, ketelitian, dan ketekunan sangat diperlukan dalam penyusunan karya ilmiah agar dapat memberikan kontribusi bagi perkembangan ilmu keperawatan.

c. Bagi Perawat

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan perawat dapat meningkatkan pemahaman serta keterampilan dalam memberikan asuhan keperawatan berbasis bukti, khususnya dalam menangani nyeri akut dan gangguan pola tidur pada pasien hipertensi. Teknik *guided imagery* dapat menjadi salah satu intervensi non-farmakologis yang efektif dalam meningkatkan kenyamanan pasien serta membantu menurunkan tekanan darah dan tingkat stres. Selain itu, perawat diharapkan dapat lebih aktif dalam mengedukasi pasien mengenai faktor risiko dan manajemen hipertensi.

d. Bagi Klien

Penulis berharap bahwa klien dan keluarga dapat menerapkan *teknik guided imagery* secara mandiri untuk mengelola nyeri dan stres akibat hipertensi. Selain itu, klien diharapkan lebih disiplin dalam menjaga pola hidup sehat, termasuk pola tidur yang teratur serta konsumsi makanan rendah garam untuk mencegah komplikasi hipertensi. Keluarga klien juga diharapkan dapat memberikan dukungan penuh serta cepat dalam pengambilan keputusan terkait perawatan klien agar hasil asuhan keperawatan lebih optimal.