

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penerapan asuhan keperawatan terhadap ibu postpartum Tn. A dengan penerapan relaksasi otot progresif untuk meredakan nyeri dan mengontrol tekanan darah di Klinik Bintang Husada, maka dapat disimpulkan beberapa hasil sebagai berikut:

1. Hasil pengkajian terhadap Tn. A dapat diketahui bahwa ibu mengalami keluhan adanya nyeri kepala dan peningkatan TD: 200/100 mmHg.
2. Diagnosa keperawatan yang muncul terhadap Tn. A berdasarkan temuan data subjektif dan objektif adalah nyeri akut, gangguan aktivitas, dan kurangnya pengetahuan tentang penyakit.
3. Rencana asuhan keperawatan terhadap Tn. A dengan penerapan teknik relaksasi otot progresif untuk menurunkan nyeri dan menurunkan tekanan darah.
4. Pelaksanaan asuhan keperawatan terhadap Tn. A dengan penerapan teknik relaksasi otot progresif untuk meredakan nyeri dan menurunkan tekanan darah.
5. Hasil evaluasi atas pelaksanaan asuhan keperawatan terhadap Tn. A dengan inovasi teknik relaksasi otot progresif untuk menurunkan nyeri dan tekanan darah dengan hasil setelah dilakukan intervensi selama 3 x 24

jam skala nyeri 3 dan tekanan darah 140/90 mmHg mengalami penurunan.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penerapan asuhan keperawatan dengan inovasi akupresure, maka dapat disarankan:

1. Bagi Pasien hipertensi

Diharapkan untuk terus menerapkan teknik relaksasi otot progresif di rumah agar tekanan darah dapat terkontrol normal serta disertai dengan perubahan perilaku kesehatan dengan mengubah gaya hidup, menerapkan diet yang sehat agar tidak mengalami peningkatan tekanan darah kembali.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Bagi tenaga kesehatan dapat menerapkan teknik relaksasi otot progresif guna mengontrol tekanan darah pada pasien hipertensi, serta dapat mengajarkan teknik ini kepada pasien dan keluarga agar dapat dilaksanakan secara mandiri di rumah

3. Bagi Klinik Dhuha Medical Center

Bagi Klinik Bintang Husada diharapkan dapat mempromosikan teknik relaksasi otot progresif ini kepada para perawat yang ada di klinik sebagai salah satu alternatif dalam upaya pencegahan menurunkan nyeri dan mengontrol tekanan darah.