

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini akan membahas tentang kesimpulan dari hasil dan saran peneliti tentang Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Pada Penderita Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di RSAU dr. Efram Harsana Maospati.

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan studi kasus dalam asuhan keperawatan yang telah dilakukan pada pasien Ny.S dengan masalah keperawatan nyeri akut maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Pada saat pengkajian pada Ny.S didapatkan hasil pemeriksaan data subjektif Pasien mengatakan badan masih lemas, semalam tidak bisa tidur, masih nyeri kepala seperti di tusuk tusuk sampai ke tengkuk, nyeri yang dirasakan hilang timbul dengan skala nyeri 6, sebelumnya pasien rutin kontrol di puskesmas dan rutin minum obat, namun sudah beberapa hari pasien tidak kontrol dan rutin minum obat hipertensi sehingga terjadi kenaikan tekanan darah yang menyebabkan pasien nyeri kepala hebat. Data objektif ditemukan klien dalam keadaan umum tampak lemah, kesadaran composmentis, pasien tampak gelisah wajah pucat, tampak meringis kesakitan, bersikap protektif. Tanda-tanda vital pasien saat pengkajian TD: 180/95 mmHg. Nadi 94x/menit, RR: 22 x/menit, Suhu 36,9°C, SPO₂ 98%.
2. Diagnosis keperawatan yang muncul adalah Nyeri Akut b.d Agen Pencedera Fisiologis, diagnosa ini diambil berdasarkan batasan karakteristik, tanda dan gejala. Tanda dan gejala mayor (*subjektif*)

Mengeluh nyeri sedangkan data mayor (*objektif*) meliputi tampak meringis, bersikap protektif. Tanda dan gejala minor (*subjektif*) tidak ada sedangkan (*objektif*) tekanan darah meningkat, pola nafas berubah nafsu makan berubah, proses berfikir terganggu, menarik diri, berfokus pada diri sendiri.

3. Rencana asuhan keperawatan untuk mengatasi nyeri akut yaitu Intervensi relaksasi otot progresif yang meliputi: (observasi) Identifikasi tempat tenang dan nyaman, Monitor secara berkala untuk memastikan otot rileks, (Terapeutik), Atur lingkungan agar tidak ada gangguan saat terapi, Berikan posisi bersandar pada kursi atau posisi lainnya yang nyaman, Hentikan sesi relaksasi secara bertahap, Beri waktu mengungkapkan perasaan tentang terapi, (Edukasi), Anjurkan memakai pakaian yang nyaman dan tidak sempit, Anjurkan melakukan relaksasi otot rahang, Anjurkan menegangkan otot selama 5 sampai 10 detik, kemudian anjurkan untuk merileksasikan otot 20- 30 detik, masing masing 8-16x, Anjurkan menegangkan otot kaki selama tidak lebih 15 detik untuk menghindari kram, Anjurkan fokus pada sensasi otot yang menegang, Anjurkan fokus pada sensasi otot yang relaks, Anjurkan bernapas dalam dan perlahan, Anjurkan berlatih diantara sesi regular dengan perawat.
4. Tindakan keperawatan dilakukan selama 5 hari yaitu pada tanggal 28 September sampai 02 Oktober 2024 kepada pasien kelolaan. Dalam melakukan pemberian asuhan keperawatan ini mengacu pada kriteria hasil dan intervensi atau rencana asuhan keperawatan yang telah disusun untuk mengatasi masalah keperawatan nyeri akut.

5. Evaluasi akhir dilakukan pada tanggal 02 Oktober 2024 menurut penulis pada pencapaian yang tertera di SLKI, (2018) kriteria hasil yang tercantumkan tercapai sebagian. Dengan demikian hasil evaluasi dari tindakan keperawatan yang sudah terencana di perencanaan mengenai diagnosis keperawatan nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis sudah teratasi sebagian. dan memberikan motivasi keluarga dan pasien untuk menerapkan terapi relaksasi otot progresif secara mandiri di rumah apabila gejala muncul. Hasil tindakan keperawatan yang telah dilakukan pada pasien dengan kriteria hasil yang diharapkan penulis yaitu, adanya perbaikan klinis pada pasien.

6. Dokumentasi keperawatan

Pendokumentasian telah dilaksanakan sesuai dengan kronologis waktu dan kriteria dalam format asuhan keperawatan yang terdiri dari perencanaan, pelaksanaan dan pada tahap evaluasi penulis menggunakan metode SOAP dilakukan setelah melakukan tindakan keperawatan dengan mencantumkan tanggal, jam, nama dan tanda tangan. Dalam pembuatan asuhan keperawatan penulis mendapatkan adanya faktor pendukung maupun faktor penghambat. Faktor pendukung ialah adanya kerjasama yang baik antara perawat dengan tim kesehatan lain terhadap penulis dan kerjasama pasien dengan keluarga. Sedangkan faktor penghambat dalam pendokumentasian ialah pendokumentasian perawat ruangan masih bersifat rutinitas dan belum memperhatikan perkembangan status kesehatan pasien.

6.2 Saran

Berdasarkan dari kesimpulan diatas maka penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Pasien

Diharapkan untuk mengatur pola hidup sehat untuk mencegah terjadinya komplikasi lebih lanjut yaitu dengan cara mengatur pola makan sesuai diit yang dijalankan, meningkatkan aktifitas jasmani, dan pendidikan kesehatan, serta pasien tetap melakukan terapi relaksasi otot progresif bila masalah nyeri muncul kembali.

2. Bagi Keluarga

Keluarga pasien diharapkan untuk selalu memotivasi Ny.S untuk kontrol rutin, mengatur pola makan sesuai diit yang dijalankan dan memotivasi untuk minum obat.

3. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan dengan adanya terapi relaksasi otot progresif di harapkan agar pasien dengan masalah keperawatan nyeri akut dapat menggunakan dan menerapkan secara rutin agar hasilnya maksimal dan menyiapkan SOP Terapi Relaksasi Otot Progresif

4. Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan perawat lebih menerapkan tehnik-tehnik komunikasi secara terapeutik serta perawat lebih sabar saat menghadapi pasien dan keluarga pasien agar asuhan keperawatan lebih optimal. Serta menjalin kerjasama antara perawat dan tim kesehatan lainnya sangat diperlukan kemajuan kesehatan pasien dapat dicapai secara optimal.

5. Bagi Institusi

Dalam membuat karya ilmiah akhir ners ini universitas muhammadiyah ponorogo sangat membantu dalam menyediakan sumber-sumber literatur. Namun ada beberapa literatur yang tidak terdapat di perpustakaan universitas muhammadiyah ponorogo. Diharapkan kedepannya literatur-literatur yang dibutuhkan lebih lengkap dan lebih terbaru.

