

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah dilakukan proses keperawatan keluarga pada keluarga Ny.N dengan Hipertensi dari tanggal 17 Juni – 27 Juni 2025 didapatkan kesimpulan:

1. Hipertensi atau sering disebut tekanan darah tinggi merupakan penyakit yang berhubungan dengan tekanan darah yang dimiliki oleh seseorang. Penatalaksanaan hipertensi yang terdiri dari terapi farmakologi dan non farmakologi. Pilihan pertama untuk terapi farmakologi adalah mengkonsumsi obat-obatan kimia. Pengobatan non farmakologi dengan menggunakan ekstrak herbal sangat mudah didapat, salah satu contoh alternatif pengobatan hipertensi menggunakan terapi relaksasi *Progresive Muscle Relaxation* (PMR) untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi (Khoirunisah et al., 2022).
2. Pada pengkajian didapatkan Ny. N kurang mengenal lima tugas keluarga dalam pemeliharaan kesehatan yaitu mengenal, memutuskan, merawat, memodifikasi lingkungan, serta memanfaatkan fasilitas pelayanan kesehatan.
3. Diagnosa keperawatan pada Ny. N yaitu Pemeliharaan kesehatan tidak efektif, Defisit pengetahuan dan manajemen kesehatan keluarga tidak efektif masalah tersebut berdasarkan pada data langsung dari klien.

4. Intervensi keperawatan yang dilakukan pada Ny. N dengan Hipertensi yaitu dengan pemberian edukasi kesehatan dan pemberian terapi PMR.
5. Implementasi keperawatan terhadap Ny. N dengan Hipertensi disesuaikan dengan intervensi yang telah penulis. Pada diagnosa pemeliharaan kesehatan tidak efektif penulis melakukan implementasi melakukan terapi *Progresive Muscle Relaxation* (PMR) selama 6 hari berturut-turut. Pada diagnosa defisit pengetahuan dan manajemen kesehatan keluarga tidak efektif penulis memberikan edukasi kesehatan kepada klien dan keluarga tentang Hipertensi. Semua intervensi diimplementasikan oleh penulis dan dapat tercapai sesuai dengan tujuan yang diinginkan.
6. Evaluasi keperawatan yang didapatkan penulis dapat menurunkan tekanan darah dan memberikan kenyamanan pada Ny. N yaitu dengan pemberian terapi relaksasi *Progresive Muscle Relaxation* (PMR).

B. Saran

1. Bagi Mahasiswa

Diharapkan hasil karya tulis ilmiah ini dapat menambah wawasan mahasiswa serta mengaplikasikan ilmu pengetahuan tentang asuhan keperawatan khususnya pemberian terapi *Progresive Muscle Relaxation* (PMR) pada penderita Hipertensi.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penulisan ini dapat dijadikan bahan untuk pelaksanaan pendidikan serta masukan dan perbandingan untuk lebih lanjut asuhan keperawatan

dengan Hipertensi

3. Bagi Pasien dan Keluarga

Media informasi tentang penyakit yang diderita klien dan bagaimana penanganan bagi klien dan keluarga untuk perawatan di rumah, terutama dalam melakukan terapi non farmakologis yaitu pemberian terapi relaksasi *Progresive Muscle Relaxation* (PMR).

