

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

1. Hasil pengkajian pada kedua klien didapatkan klien Tn. W berusia 66 tahun dan Ny.M berusia 65 tahun. pada Tn. W didapatkan data subjektif mengeluh tidak nyaman, tidak mampu rileks, dan data objektif didapatkan gelisah, menunjukkan gejala distres, tampak merintih/menangis, postur tubuh berubah, iritabilitas. Klien Ny.M didapatkan data subjektif mengeluh tidak nyaman, tidak mampu rileks, dan data objektif didapatkan gelisah, menunjukkan gejala distres, tampak merintih/menangis, postur tubuh berubah.
2. Diagnosis Keperawatan prioritas pada klien Tn.W dan Ny.M adalah gangguan rasa nyaman berhubungan dengan gejala penyakit.
3. Perencanaan keperawatan gangguan rasa nyaman yang dialami oleh Tn. W dan Ny.M penulis memfokuskan perencanaan dengan memberikan terapi meditasi *mindfulness*.
4. Implementasi keperawatan yang dilakukan memfokuskan pada tindakan pemberian terapi meditasi *mindfulness* disamping tindakan lain seperti melakukan pengkajian keperawatan komprehensif, menggunakan teknik komunikasi terapeutik untuk mengetahui pengalaman rasa tidak nyaman pada klien, mengkaji pengetahuan dan kepercayaan pasien mengenai penyakit yang diderita.
5. Evaluasi keperawatan secara umum didapatkan masalah keperawatan teratasi dimana hasil dari implementasi pada klien Tn.W dan Ny.M setelah dilakukan asuhan keperawatan selama 3 x pertemuan status kenyamanan meningkat

dibuktikan dengan rileks meningkat, keluhan tidak nyaman menurun, gelisah menurun, merintih menurun, iritabilitas menurun.

6. Penelitian ini dilakukan untuk memberikan inovasi baru terapi meditasi *mindfulness* di UPTD Puskesmas Kuta Selatan terhadap penanganan pasien dengan gangguan rasa nyaman khususnya pada lansia dengan hipertensi.

B. Saran

1. Bagi Pemegang Program Yankestrad Di UPTD Puskesmas Kuta Selatan

Diharapkan adanya penambahan terapi inovasi alternatif berupa meditasi *Mindfulness* sebagai terapi non farmakologi yang dapat dilakukan pada saat kegiatan prolanis dilaksanakan untuk diterapkan pada lansia maupun usia produktif yang menderita hipertensi dengan gangguan rasa nyaman.

3. Bagi Masyarakat

Diharapkan masyarakat yang mengalami gangguan rasa nyaman dapat memilih terapi meditasi *mindfulness* sebanyak 3 kali dalam seminggu pada pagi hari setelah makan selama 15-20 menit sebagai terapi alternatif non farmakologi untuk rileksasi serta membuat tubuh menjadi nyaman.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti menyarankan pada peneliti selanjutnya untuk meneliti tentang meditasi *mindfulness* terhadap gangguan rasa nyaman pada kasus-kasus yang lainnya