

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman pada Ny. A dengan Hipertensi melalui Penerapan Terapi Relaksasi Benson di Rumah Sakit Umum Daerah Klungkung Tahun 2026, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Penelitian menunjukkan bahwa pada 1 responden dengan hipertensi ditemukan keluhan nyeri pada kepala bagian belakang yang menjalar hingga leher, dengan karakteristik nyeri seperti ditusuk-tusuk, hilang timbul, skala nyeri 5 (0–10), dan bertambah saat melakukan aktivitas. Data objektif menunjukkan pasien tampak meringis, gelisah, bersikap protektif terhadap area nyeri, mengalami peningkatan tekanan darah dan frekuensi nadi, serta mengeluhkan kesulitan tidur.
2. Berdasarkan hasil pengkajian dan analisis data, diagnosis keperawatan yang ditegakkan adalah gangguan rasa nyaman berhubungan dengan gejala penyakit, ditandai dengan pasien mengeluh nyeri pada kepala bagian belakang, tampak meringis, bersikap protektif terhadap lokasi nyeri, gelisah, mengalami peningkatan frekuensi nadi dan tekanan darah, serta mengeluhkan sulit tidur.
3. Intervensi keperawatan yang dirumuskan untuk mengatasi gangguan rasa nyaman mengacu pada Standar Intervensi Keperawatan Indonesia yaitu intervensi utama berupa intervensi manajemen nyeri dan terapi relaksasi benson yang meliputi tindakan observasi, terapeutik, edukasi, dan kolaborasi.

4. Implementasi keperawatan yang diberikan kepada pasien dengan gangguan rasa nyaman telah sesuai dengan intervensi yang direncanakan, yaitu mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, dan intensitas nyeri, mengidentifikasi skala nyeri, mengidentifikasi respons nyeri nonverbal, mengidentifikasi faktor yang memperberat dan memperingan nyeri, memberikan teknik nonfarmakologis berupa terapi relaksasi Benson, menjelaskan strategi meredakan nyeri, menganjurkan pasien memonitor nyeri secara mandiri, serta mengajarkan teknik relaksasi benson sebagai upaya pengendalian nyeri.
5. Hasil evaluasi setelah pemberian terapi relaksasi benson selama 3×24 jam menunjukkan adanya perbaikan kondisi pasien, yang ditandai dengan:
 - a. Data subjektif menunjukkan pasien mengatakan nyeri pada kepala bagian belakang yang dirasakannya berkurang, dengan skala nyeri menurun menjadi 2 (0–10), nyeri masih dirasakan seperti ditusuk-tusuk dan hilang timbul.
 - b. Data objektif menunjukkan keluhan nyeri menurun (4), meringis menurun (5), sikap protektif menurun (5), gelisah menurun (4), kemampuan melaporkan nyeri terkontrol meningkat (5), kemampuan mengenali penyebab nyeri meningkat (5), kemampuan menggunakan teknik nonfarmakologis meningkat (5), dengan hasil tanda-tanda vital TD 130/80 mmHg, N 80 x/menit, S 36,3°C, dan RR 18 x/menit. Berdasarkan hasil evaluasi tersebut, masalah keperawatan gangguan rasa nyaman dinyatakan teratasi
6. Analisis implementasi inovasi terapi relaksasi benson menunjukkan bahwa terapi ini efektif sebagai intervensi nonfarmakologis dalam membantu menurunkan tekanan darah dan mengurangi keluhan nyeri menurunkan

tekanan darah dan mengurangi keluhan nyeri kepala pada pasien hipertensi, sehingga dapat meningkatkan rasa nyaman serta mendukung proses pemulihan pasien.

B. Saran

Berdasarkan hasil penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners mengenai pemberian asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan gangguan rasa nyaman, maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Perawat di RSUD Klungkung

Diharapkan hasil karya ilmiah ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi tenaga kesehatan, khususnya perawat, dalam menerapkan terapi relaksasi benson sebagai terapi nonfarmakologis pendamping terapi farmakologis untuk membantu menurunkan tekanan darah serta mengurangi keluhan nyeri kepala pada pasien hipertensi.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil karya ilmiah ini dapat menjadi referensi berkaitan dengan terapi nonfarmakologis pada pasien hipertensi. Penelitian lebih lanjut dapat mengembangkan dan membandingkan berbagai metode relaksasi lainnya untuk meningkatkan efektivitas asuhan keperawatan pada pasien dengan gangguan rasa nyaman sesuai dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan praktik keperawatan terkini.

3. Bagi Masyarakat

Diharapkan hasil karya ilmiah ini dapat menambah pengetahuan masyarakat mengenai manfaat terapi relaksasi benson sebagai salah satu upaya nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk membantu mengurangi keluhan nyeri dan meningkatkan kenyamanan pada penderita hipertensi.