

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Simpulan

Berdasarkan uraian hasil dan pembahasan asuhan keperawatan didasarkan pada proses asuhan keperawatan dari pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, serta evaluasi keperawatan yang telah dilakukan pada pasien. Adapun simpulan dari karya tulis ilmiah ini antara lain:

1. Hasil pengkajian pada Ny. M dengan hipertensi didapatkan pasien mengeluhkan nyeri pada kepala menjalar hingga pundak, tampak meringis, memegang area kepala yang terasa nyeri, kesulitan tidur bila nyeri kepalanya kambuh. Hasil pengkajian PQRST nyeri pada pasien didapat: P (*provokatif*): Ny. M mengatakan nyeri pada kepala yang akan bertambah jika melakukan aktivitas seperti berkebun, Q (*quality*): nyeri yang dirasakan seperti ditusuk-tusuk, R (*region*): nyeri kepala yang menjalar hingga ke pundak, S (*scale*): skala nyeri 6 (0-10), T (*time*): nyeri dirasakan hilang timbul. Hasil pemeriksaan tanda-tanda vital pasien didapatkan tekanan darah 150/90 mmHg, nadi 90 x/menit, pernafasan 20 x/menit, dan suhu 36,1°C.
2. Diagnosis keperawatan yang diperoleh berdasarkan hasil pengkajian pada pasien yakni nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologi ditandai dengan pasien mengeluhkan nyeri kepala menjalar hingga pundak, sulit tidur bila sakit kepalanya kambuh, pasien nampak meringis, memegang area kepala yang terasa nyeri, tekanan darah meningkat.
3. Intervensi yang dirumuskan untuk mengatasi masalah yang dialami pada pasien dengan masalah keperawatan nyeri akut yaitu sesuai dengan Standar

Intervensi Keperawatan Indonesia (SDKI). Adapun SIKI yang digunakan yaitu intervensi utama manajemen nyeri dengan Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI) yaitu identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri, identifikasi skala nyeri, identifikasi respon nyeri nonverbal, identifikasi faktor yang memperberat dan memperingan nyeri, identifikasi pengetahuan dan keyakinan tentang nyeri, identifikasi pengaruh budaya terhadap respon nyeri, identifikasi pengaruh nyeri pada kualitas hidup, berikan teknik nonfarmakologi untuk mengurangi rasa nyeri (terapi relaksasi nafas dalam), pertimbangkan jenis dan sumber nyeri dalam pemilihan strategi meredakan nyeri, jelaskan penyebab, periode, pemicu nyeri, jelaskan strategi meredakan nyeri, anjurkan memonitor nyeri secara mandiri, ajarkan teknik nonfarmakologi untuk mengurangi nyeri, kolaborasi pemberian analgetik.

4. Implementasi relaksasi nafas dalam yang diberikan pada pasien dengan masalah keperawatan nyeri akut dilakukan 3 hari selama 45 menit sesuai *Standar Operasional Prosedur*, menunjukkan sebelum relaksasi nafas dalam, pasien memiliki skala nyeri dengan rata-rata 4,6. Dan sesudah diberikan relaksasi nafas dalam, pasien memiliki skala nyeri dengan nilai rata-rata 4. Dapat disimpulkan nyeri menurun dengan nilai rata-rata 0,6. Selain menurunkan nyeri relaksasi juga dapat menurunkan tekanan darah sehingga adanya efektivitas relaksasi nafas dalam terhadap penurunan nyeri dan penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.
5. Hasil evaluasi dari implementasi terapi relaksasi nafas dalam untuk mengurangi rasa nyeri yaitu pasien mengatakan nyeri kepalanya sudah berkurang dengan skala nyeri 3 (0-10), sulit tidur tidak ada, terasa lebih rileks,

pasien nampak tenang, wajah meringis menurun, mampu melakukan relaksasi nafas dalam secara mandiri jika nyeri timbul kembali, tekanan darah membaik dengan hasil tanda-tanda vital: tekanan darah 130/80 mmHg, Nadi 80 x/menit, pernafasan 20 x/menit, suhu 36°C.

6. Intervensi inovasi terapi nonfarmakologi dengan terapi relaksasi nafas dalam menjadi salah satu intervensi yang efektif untuk menurunkan tekanan darah serta gejala keluhan nyeri kepala pada pasien hipertensi dapat diatasi.

## **B. Saran**

Penulisan karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat memberikan masukan terutama pada:

1. Bagi perawat di Puskesmas Gianyar I

Penulis berharap hasil karya tulis ilmiah ini dapat dijadikan pertimbangan bagi petugas kesehatan khususnya perawat puskesmas dalam memberikan terapi relaksasi nafas dalam sebagai terapi pendamping dari terapi farmakologi dalam mengurangi nyeri kepala serta menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya bisa mengembangkan penelitian ini menggunakan dua/lebih subjek sehingga ada perbandingan hasil yang lebih akurat.

3. Bagi pasien hipertensi

Diharapkan hasil karya tulis ilmiah ini dapat dijadikan pertimbangan bagi pasien hipertensi dalam memanfaatkan terapi ini sebagai salah satu upaya nonfarmakologi dalam mengatasi serta mengurangi keluhan nyeri kepala pada pasien hipertensi.