

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan kesimpulan:

1. Berdasarkan pengkajian asuhan keperawatan pemberian terapi relaksasi otot progresif untuk menurunkan ansietas pada pasien hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Banjarangkan I Kabupaten Klungkung yaitu data subjektif: pasien mengatakan menderita hipertensi, mengeluh cemas, sulit tidur, sedangkan data objektif: pasien tampak gelisah, kontak mata kurang, dan kurang nyaman
2. Berdasarkan diagnosis keperawatan ansietas pada pasien hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Banjarangkan I Kabupaten Klungkung yaitu subyek studi kasus memiliki masalah keperawatan ansietas
3. Berdasarkan perencanaan keperawatan pemberian terapi relaksasi otot progresif untuk menurunkan ansietas pada pasien hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Banjarangkan I Kabupaten Klungkung yaitu pemberian terapi relaksasi otot progresif agar mampu menurunkan tekanan darah, stress, tingkat kenyamanan, dan meningkatkan kualitas tidur.
4. Berdasarkan implementasi keperawatan pemberian terapi relaksasi otot progresif untuk menurunkan ansietas pada pasien hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Banjarangkan I Kabupaten Klungkung yaitu pemberian terapi relaksasi otot progresif dilakukan dalam 3 kali pertemuan.

5. Berdasarkan evaluasi keperawatan pemberian terapi relaksasi otot progresif untuk menurunkan ansietas pada pasien hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Banjarangkan I Kabupaten Klungkung yaitu masalah ansietas teratasi.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti memberi saran yaitu diharapkan kepada penelitian selanjutnya untuk menggunakan lebih dari satu subjek studi kasus agar dapat membandingkan perubahan-perubahan yang terjadi.