

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pelaksanaan asuhan keperawatan gerontik yang telah dilakukan pada klien lanjut usia penderita hipertensi dengan tingkat kecemasan di Puskesmas Tegal Timur, penulis dapat menyimpulkan beberapa hal yang berkaitan dengan kondisi klien dan intervensi keperawatan yang telah diberikan sebagai berikut:

a. Pengkajian

Pengkajian dilakukan pada tanggal 6 Mei 2025, dengan didapatkan data identitas klien dengan inisial Ny. C yang beralamat di Jl. Irian, Gg. 14, RT 16/09, Kleurahan Tegal Timur, Kota Tegal. Pengkajian yang dilakukan meliputi : hari, tanggal, waktu, tempat, sumber data, metode pengumpulan data, alat pengumpulan data, identitas klien dan identitas penanggung jawab, riwayat kesehatan, pemeriksaan fisik, pengkajian khusus (pengkajian masalah kesehatan kronis, pengkajian fungsi kognitif, pengkajian *index barthel*, pengkajian status psikologis, dan apgar keluarga), serta program terapi. Sumber data ini diperoleh dari klien langsung. Metode yang digunakan yaitu wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi sebagai bukti.

b. Diagnosa Keperawatan

Setelah melakukan pengkajian untuk pengumpulan data, maka dilanjutkan dengan penegakkan diagnosa. Penulis tidak menemukan adanya hambatan dalam berkomunikasi dengan klien karena klien sangat ramah dan terbuka dengan penulis. Maka dari itu didapatkan diagnosa yang sesuai dengan keluhan klien dan buku Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI) yaitu Ansietas, Nyeri Akut, dan Gangguan Pola Tidur.

c. Intervensi Keperawatan

Perencanaan tindakan keperawatan pada klien dibuat secara teoritis dan diterapkan sesuai dengan strategi buku Standar Intervensi Keperawatan

Indonesia (SIKI) dan sesuai dengan harapan yang tercantum pada buku Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI).

d. Implementasi Keperawatan

Implementasi yang sudah diberikan pada klien sudah diterapkan dengan baik dan sesuai dengan SOP yang dilampirkan.

e. Evaluasi Keperawatan

Hasil evaluasi yang telah dilakukan selama 5 hari pada klien, masalah Ansietas sudah teratasi dengan hasil akhir skor tingkat kecemasan 12, yang artinya rasa cemas klien berada di level minimal kecemasan atau dalam artian klien hanya menunjukkan sedikit gejala kecemasan dan klien dalam perasaan tenang serta tidak merasakan khawatir. Pada masalah Nyeri Akut, klien menyatakan bahwa rasa nyeri kepala dan sakit leher belakang yang dialaminya sudah menurun dengan skala nyeri berada di angka 1 (satu) atau dapat diartikan bahwa klien hanya merasakan ada sensasi nyeri yang sangat minimal. Dan untuk masalah Gangguan Pola Tidur sudah teratasi dengan hasil subjektif akhir klien di hari ketiga mengatakan sudah tidak terbangun lagi dari tidurnya saat tengah malam. Maka dari itu penulis menyimpulkan bahwa semua masalah yang dialami klien sudah teratasi dan menghentikan semua intervensi yang diberikan, namun klien masih dapat melakukan terapi relaksasi *Jacobson* secara mandiri di rumah.

2. Saran

a. Bagi Tempat Studi Kasus (puskesmas)

Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan dapat memberi kontribusi signifikan bagi tempat studi kasus, dengan menyediakan data empiris tentang efektivitas teknik relaksasi *Jacobson* dalam mengatasi rasa cemas pada lansia penderita hipertensi.

b. Bagi Subjek Penelitian (klien hipertensi dengan tingkat kecemasan)

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara langsung kepada klien penderita hipertensi dengan mengurangi tingkat kecemasannya melalui teknik relaksasi *Jacobson*.

c. Bagi Penulis Selanjutnya

Diharapkan penulis dapat melakukan pengkajian dan asuhan keperawatan gerontik secara lebih tepat dan optimal dalam memberiksn intervensi, serta tidak lupa untuk mendokumentasikan segala tindakan yang telah diberikan dengan benar.

d. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan bahwa Karya Tulis Ilmiah ini dapat memberikan wawasan baru bagi tenaga kesehatan mengenai efektivitas teknik relaksasi *Jacobson* sebagai intervensi non-farmakologis dalam pengelolaan tingkat cemas pada lansia.