

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penerapan Teknik relaksasi nafas dalam sangat berpengaruh pada pasien yang memiliki masalah keperawatan Nyeri Akut dengan Hipertensi untuk mengurangi skala nyeri dan menurunkan Tekanan Darah. Dengan didapatkan hasil sebagai berikut.

1. Data pengkajian Tn.R mengeluh nyeri pada kepala, skala Nyeri 4, nyeri hilang timbul, nyeri berdenyut, durasi nyeri 5-10 menit, sulit tidur, sering terbangun saat tidur, lemas, cemas, gelisah. Tekanan Darah 140/90 mmHg, Nadi 88x/menit, pernafasan 22x/menit,
2. Implementasi teknik relaksasi nafas dalam dilakukan dengan cara mengajarkan kepada pasien cara melakukan teknik relaksasi nafas dalam agar pasien dapat melakukan secara mandiri saat merasakan nyeri.
3. Evaluasi Tindakan relaksasi nafas dalam didapatkan keluhan nyeri menurun, meringis menurun, gelisah menurun, kesulitan tidur menurun, tekanan darah membaik.
4. Dengan dilakukannya teknik relaksasi nafas dalam masalah keperawatan nyeri akut pada pasien Hipertensi dapat teratasi.

B. Saran

1. Bagi Mahasiswa
Diharapkan hasil karya tulis ilmiah yang di buat mampu menjadi referensi dan mahasiswa mampu serta memahami terkait penerapan Teknik relaksasi nafas dalam pada pasien dengan masalah keperawatan Nyeri Akut dengan Hipertensi.

2. Bagi Puskesmas

Dapat menerapkan Teknik relaksasi nafas dalam yang merupakan salah satu tindakan non farmakologi yang dapat dilakukan secara mandiri bagi pasien dan keluarga

3. Bagi Pasien dan Keluarga

Keluarga yang sudah mendapatkan edukasi Teknik relaksasi nafas dalam dapat menerapkan Teknik relaksasi nafas dalam secara mandiri untuk mengatasi masalah keperawatan Nyeri Akut dengan Hipertensi dan menerapkan pada anggota keluarga yang lain atau tetangga.