

## **BAB 5**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian studi kasus “Asuhan Keperawatan Lansia Dengan Hipertensi Dalam Penerapan Terapi Diet Dash Di Kelurahan Gunung Sekar Kecamatan Sampang Kabupaten Sampang” yang dilakukan selama satu minggu, dengan klien atas nama Ny.H peneliti dapat menyimpulkan dari pengkajian, diagnosa, intervensi, implementasi, dan evaluasi.

##### **5.1.1 Pengkajian**

Pada saat pengkajian peneliti memperoleh data keluhan utama klien tekanan darahnya tinggi 160/110 mmHg, mempunyai riwayat hipertensi sejak 1 tahun yang lalu, ibu klien juga mempunyai penyakit hipertensi. Klien mempunyai kebiasaan makan makanan berminyak/berlemak, makanan tinggi natrium, dan suka mengemil. Berat badan klien 84,60 kg dengan IMT 36 (Obesitas). Klien tidak mengetahui tentang penyakit hipertensi.

##### **5.1.2 Diagnosa Keperawatan**

Dari hasil pengkajian dan analisis data, peneliti dapat merumuskan 2 diagnosa keperawatan yang menjadi prioritas klien, yaitu:

1. Defisit Pengetahuan berhubungan dengan kurang terpapar informasi ditandai dengan klien tidak mengetahui tanda gejala hipertensi dan klien mengatakan tidak mengetahui cara mencegah hipertensi (D.0111)
2. Berat Badan Lebih berhubungan dengan sering memakan makanan yang berminyak/berlemak, sering mengemil ditandai dengan IMT:36 (Obesitas) (D.0018)

##### **5.1.3 Intervensi**

Rencana yang diberikan kepada klien untuk mengatasi diagnosa keperawatan defisit pengetahuan selama 7 kali kunjungan, intervensi yang direncanakan: Edukasi kesehatan tentang penyakit hipertensi (1.12383), Edukasi diet DASH (1.12369). Dan pada diagnosa keperawatan berat badan lebih, intervensi yang direncanakan: Manajemen berat badan (1.03097)

#### **5.1.4 Implementasi**

Diagnosa keperawatan defisit pengetahuan, implementasi yang dilakukan: mengidentifikasi tingkat pengetahuan klien, mengidentifikasi kebiasaan pola makan saat ini dan masa lalu, mengidentifikasi kesiapan dan kemampuan menerima informasi, mengidentifikasi persiapan pasien dan keluarga tentang diet yang diprogramkan, menyediakan materi dan media pendidikan kesehatan, menyediakan rencana makan tertulis, menjadwalkan pendidikan kesehatan sesuai kesepakatan dengan klien, menjelaskan pengertian manfaat dan tujuan kepatuhan diet DASH terhadap kesehatan, menginformasikan makanan yang diperbolehkan dan yang dilarang, menjelaskan faktor risiko yang dapat mempengaruhi kesehatan, memberikan kesempatan klien untuk bertanya, mengajarkan perilaku hidup bersih. Diagnosa keperawatan berat badan lebih, implementasi yang dilakukan: mengidentifikasi kondisi kesehatan klien yang dapat mempengaruhi berat badan, menghitung berat badan ideal klien, menjelaskan faktor risiko berat badan lebih dan berat badan kurang, menganjurkan mencatat berat badan setiap hari, menganjurkan melakukan pencatatan asupan makanan, aktivitas fisik, dan perubahan berat badan.

#### **5.1.5 Evaluasi**

Evaluasi dari hasil asuhan keperawatan, diagnosa keperawatan defisit pengetahuan dapat teratasi dengan ditandai klien dapat memahami tentang penyakit hipertensi dan diet DASH, sedangkan pada diagnosa keperawatan berat badan lebih dapat teratasi sebagian dengan ditandai berat badan dapat menurun, namun IMT klien tetap berada di nilai obesitas.

### **5.2 Saran**

Peneliti menyampaikan beberapa saran yaitu saran bagi klien, bagi institusi pendidikan keperawatan dan bagi peneliti selanjutnya.

#### **5.2.1 Bagi Klien**

Bagi klien setelah penelitian ini, untuk terus menerapkan diet DASH, mengurangi makanan yang tidak diperbolehkan, perbanyak mengonsumsi sayuran, buah-buahan tiap hari, supaya tekanan darah tetap stabil dan berat badan menurun

### **5.2.2 Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan**

Bagi institusi pendidikan keperawatan untuk meningkatkan kualitas praktik asuhan keperawatan pada lansia dengan cara mengeksplorasi masalah asuhan keperawatan pada lansia penderita hipertensi dan penerapan terapi diet DASH.

### **5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya juga dapat menerapkan asuhan keperawatan lansia hipertensi dengan mengeksplorasi diagnosa keperawatan yang berbeda seperti aktivitas fisik, kepatuhan minum obat, dan stress. Serta dapat menerapkan menu diet DASH yang berbeda dan lebih bervariasi.