

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Dzikir pada pasien Hipertensi dengan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di RSUD Kajen Kabupaten Pekalongan dapat disimpulkan bahwa

1. Tekanan darah pasien hipertensi sebelum diberikan penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Dzikir menunjukkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi sebelum penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Dzikir menunjukkan bahwa 5 orang (100%) mempunyai Tekanan Darah Pasien Hipertensi derajat 3.
2. Tekanan darah pasien hipertensi sesudah diberikan penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Dzikir menunjukkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi sesudah penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Dzikir menunjukkan bahwa 5 orang (100%) mempunyai Tekanan Darah Pasien Hipertensi derajat 1.
3. Teknik relaksasi napas dalam dan dzikir bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi

5.2. Saran

Berdasarkan hasil penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Dzikir pada pasien Hipertensi dengan Tekanan Darah Pasien Hipertensi maka saran yang dapat diberikan yaitu :

1. Bagi Institusi Kesehatan

Rumah sakit dapat menjadikan hasil studi kasus ini sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun SOP pasien Hipertensi dengan Tekanan Darah Pasien Hipertensi

dengan menerapkan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Dzikir sebagai terapi non farmakologi untuk menstabilkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi pasien Hipertensi .

2. Bagi Perawat Profesional

Perawat dapat menerapkan terapi Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Dzikir pada pasien Hipertensi dalam menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi pasien.

3. Bagi Peneliti Lain

Peneliti lain dalam dijadikan acuan bagi peneliti selanjutnya yang meneliti tentang dengan Tekanan Darah Pasien Hipertensi dengan penambahan variabel lain yang berpengaruh terhadap tekanan darah pasien.