

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan asuhan keperawatan yang telah diberikan pada Ny.Y maka dapat disimpulkan:

1. Berdasarkan hasil pengkajian penelitian diketahui bahwa lansia mengalami nyeri kepala akibat hipertensi yang tidak terkontrol, disertai ketegangan otot dan stres fisiologis yang memicu peningkatan persepsi nyeri. Kondisi ini menyebabkan gangguan rasa nyaman pada lansia.
2. Berdasarkan diagnosis keperawatan, intervensi yang diambil adalah edukasi proses penyakit dan terapi relaksasi digunakan untuk mengatasi masalah tersebut.
3. Implementasi keperawatan yang diberikan sesuai dengan intervensi yang sudah direncanakan yaitu dengan melakukan terapi *slow stroke back massage* (SSBM) untuk menurunkan tingkat nyeri kepala pada lansia dengan hipertensi.
4. Berdasarkan asuhan keperawatan yang dilakukan selama 7 hari terlihat bahwa perawatan yang diberikan berpengaruh positif terhadap kondisi Ny.Y yaitu pasien merasa rileks dan nyaman, serta tingkat nyeri berangsur menurun.

## **B. Saran**

### **1. Bagi Perawat**

*Terapi slow stroke back massage* (SSBM) diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu intervensi pemeliharaan mandiri pada lansia dengan hipertensi dengan nyeri kepala.

### **2. Bagi institusi pendidikan**

Diharapkan dapat menjadi acuan pengembangan ilmu keperawatan gerontik dalam menerapkan asuhan keperawatan yang komprehensif.

### **3. Bagi Pelayanan kesehatan**

Diharapkan artikel ini dapat menjadi bahan pertimbangan dalam menetapkan SOP penggunaan terapi *slow stroke backmassage* sebagai bagian dari pelatihan untuk pasien sebagai tindakan preventif pada pasien hipertensi dengan nyeri kepala untuk meningkatkan kualitas hidup pada lansia.