

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang pelaksanaan tentang terapi relaksasi otot progresif disimpulkan bahwa :

- a. Sebelum dilakukan intervensi terapi relaksasi otot progresif pada klien I dan II terdapat persamaan tanda dan gejala seperti Kepala pusing, kaki sakit, pundak sakit
- b. Setelah dilakukan intervensi terapi relaksasi otot progresif pada klien I dan II terjadi penurunan nilai Tanda Gejala seperti klien I kepala pusing pundak sakit dan kaki sakit dengan penurunan skala nyeri yang menjadi 4. Klien II Kepala tidak pusing, pundak sakit dan kaki sakit dengan penurunan skala nyeri menjadi 2. Nilai Tekanan darah klien I dan II terdapat penurunan dengan Klien I awalnya 160/100 menjadi 145/80 dan Klien II awalnya 150/90 menjadi 145/90
- c. Setelah diberikan intervensi terapi relaksasi otot progresif selama 5 hari diketahui bahwa yang mempengaruhi tekanan darah klien adalah perilaku pola makan dan pola tidur dengan perbandingan nilai yang didapat persamaan penurunan tekanan darah pada klien I dan II dengan selisih penurunan sebesar 5 mm/Hg

5.2 Saran

Saran yang dapat dikemukakan dalam karya tulis ini adalah Diharapkan terapi relaksasi otot progresif yang telah dilaksanakan keluarga mampu dan memahami dengan baik setelah studi kasus yang dilakukan oleh peneliti dan melakukannya secara mandiri di rumah