

BAB V

PEMBAHASAN

A. Analisa data pengkajian

Hasil penelitian pada keluarga Ny “I” pada tanggal 25 Juli 2023 pukul 08.30 di pedukuhan mrisi tepatnya dirumah Ny “I”, pasien mengatakan bahwa dirinya sering lupa mengkonsumsi obat rutin, seringkali juga lalay dalam penggunaan obat, seperti peneliti (Fitri Suciana et al., 2020) katakan kondisi yang memicu timbulnya hipertensi adalah sering kali lupa mengkonsumsi obat serta timbul nyeri pada bagian belakang kepala dan kekakuan pada sendi atau otot-otot anggota tubuh baik ekstremitas atas maupun bawah, factor lain yang memicu hipertensi ialah penderita sering mengalami stress atau kesemasan berlebihan. Peneliti juga mengungkapkan bahwa ada 58 responden yang terkena hipertensi karena kecemasan Ny “I” mengatakan sering tidur tengah malam karena gelisa, dan terbangun tengah malam, bangun pagi sekitaran jam 4 subuh

Ny “I” Mengatakan bahwa dirinya belum mengetahui bahwa penerapan non farmakologi dapat menurunkan tekanan darah salah satu penerapan non farmakologi yang dapat diimplementasi pada Ny “I” adalah ROP atau tehnik relaksasi otot progresif diiringi dengan music, (Tri Suraning Wulandari et al., 2020), kegiatan tehnik ini sebelum dan sesudah ROP wajib melakukan pemeriksaan tekanan darah mulai dari kurung waktu 15-20 menit untuk dapat melihat hasilnya selain itu tehnik ini dilakukan dalam 1 minggu 2x yaitu pagi hari pukul 08.30 WIB dan sore hari pukul 15.00 WIB.

Pengukuran tekanan darah merupakan salah satu kegiatan deteksi dini terhadap factor risiko PTM seperti Hipertensi, Stroke, Jantung, Kelainan Fungsi Ginjal atau yang lainnya. Kegiatan ini bisa dilaksanakan di setiap fasilitas. Kematian didunia mencapai 53,3 juta penyebabnya akibat kardovaskuler sebesar 33,1 %. Total 1,7 juta kematian indonesia

didapatkan faktor resiko penyebab kematian adalah tekanan darah (hipertensi) sebesar 23,7% (Kemenkes RI,2013)

B. Hasil Analisa implementasi Relaksasi Otot Progresif (ROP)

Pada hasil implementasi yang diberikan didapatkan hasil bahwa setelah 4x kunjungan tehnik relaksasi otot progresif dapat menurunkan tekanan darah secara nonfarmakologi, dikarenakan tehnik ini dapat mempengaruhi Seseorang yang akan melakukan relaksasi ini merasakan perbedaan saat mengencangkan otot kemudian melepaskan ketegangan ototnya, tehnik relkasasi ini dikombinasikan dengan music, selain itu evaluasi yang didapatkan yaitu pasien mengatakan lebih rileks Ketika menggunakan music sebagai pelengkap tehnik ROP (Sulistyowati, 2021)

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada 5 April 2018 kejadian hipertensi tertinggi terdapat di Puskesmas Bojong Soang dengan adanya peningkatan kasus hipertensi pada bulan Januari terdapat 444 kunjungan hipertensi dan meningkat menjadi 1117 kasus kunjungan pada bulan Maret 2018. Puskesmas mengadakan kegiatan prolans yang dilakukan secara rutin setiap 2 kali dalam sebulan untuk mengatasi hipertensi,

Upaya lain yang dapat dilakukan selain mengkonsumsi obat adalah dengan melakukan latihan yang dapat menurunkan tekanan darah seperti tehnik relaksasi otot progresif. Relaksasi progresif adalah salah satu cara dari tehnik relaksasi yang mengombinasikan latihan napas disertai dengan music dan serangkaian seri kontraksi dan relaksasi otot tertentu. Relaksasi otot progresif suatu gerakan yang diberikan pada lansia dengan menegangkan dan melemaskan otot-otot dari kelompok otot wajah hingga kaki, selama 20 menit dilakukan seminggu 3 kali pagi dan sore hari dalam waktu 2 minggu secara berturut- turut (Sri Mulyati Rahayu et al., 2020)

C. Kekuatan dan Kelemahan Karya Ilmiah Akhir Ners

1. Kekuatan

Kekuatan dalam laporan karya ilmiah akhir ini sudah menggunakan

format pengkajian yang sudah standar dari institusi. Asuhan keperawatan dan implementasi sudah dilakukan sesuai dengan masalah yang telah terkaji dan dilakukan sesuai dengan *evidence based nursing*. Penerapan intervensi dapat dilakukan pasien dimanapun jika mengalami keluhan dan tidak memerlukan biaya untuk melakukannya.

2. Kelemahan

Kelemahan dalam laporan karya ilmiah ini adalah hanya dilakukan pada satu pasien sehingga belum ada pembandingan pada pasien lain dengan penyakit yang sama maupun dengan penyakit yang berbeda.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANING
YOGYAKARTA