

BAB V

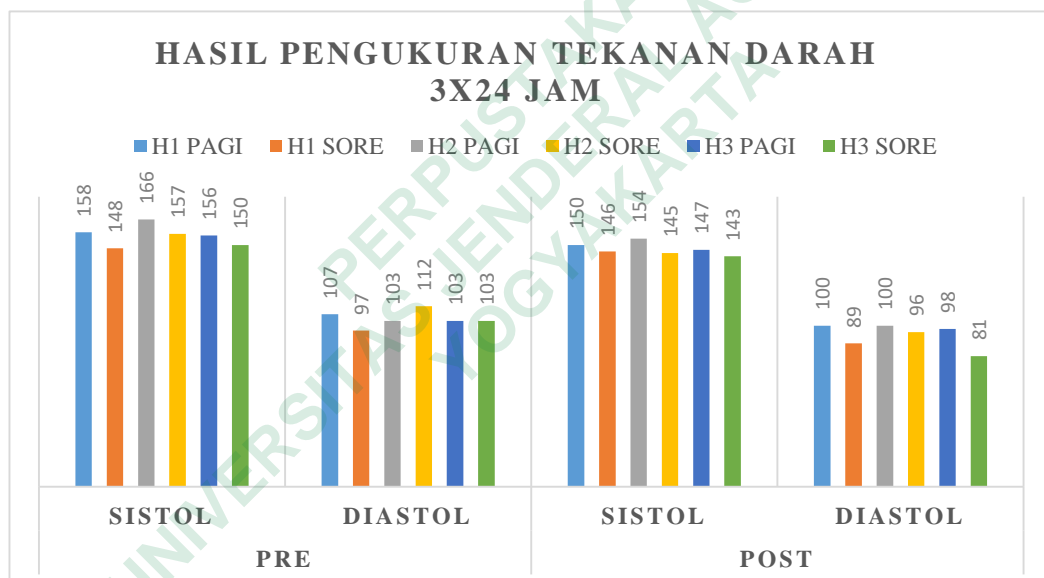
PEMBAHASAN

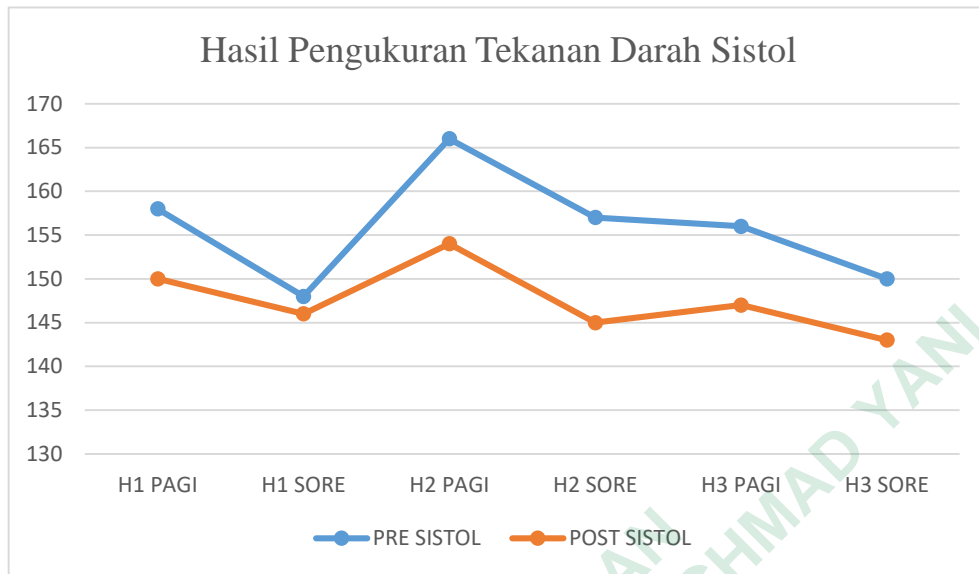
Bab ini akan memberikan ulasan serta bahasan mengenai asuhan keperawatan yang diberikan kepada Tn. S dengan Hipertensi yang ditinjau dari sudut pandang konsep dan teori. Pembahasan ini berisi tentang asuhan keperawatan mulai dari pengkajian, diagnosa keperawatan, perencanaan, difokuskan pada implementasi dan evaluasi yang diterapkan pada pasien dengan Hipertensi.

Dalam melakukan pengkajian, pengumpulan data dilakukan pada tanggal 24 Juli 2023 di ruang Dahlia RSUD Kota Yogyakarta. Didapatkan data pada kasus Tn. S tanda dan gejala seperti keluarga pasien mengatakan bahwa sebelum masuk IGD, pasien mengalami penurunan kesadaran, mempunyai riwayat hipertensi, pasien riwayat perokok aktif, IMT pasien masuk dalam kategori obesitas kelas 2, mempunyai riwayat stroke dari bapak, pasien mengatakan pusing dan mengalami kelemahan anggota gerak bagian kanan. Berdasarkan tanda dan gejala diatas maka penulis mengangkat prioritas diagnosa Risiko Perfusi Serebral Tidak Efektif, lalu yang kedua Gangguan mobilitas fisik, yang ketiga Resiko jatuh, yang keempat Gangguan Integritas Kulit/ Jaringan, dan yang ke lima Risiko Infeksi. Diagnosa-diagnosa yang diangkat pada kasus Tn. S berdasarkan keluhan-keluhan yang dirasakan oleh pasien. Pada rencana keperawatan atau intervensi dalam pelaksanaan disesuaikan pada Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI) untuk menyusun rencana keperawatan dan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) sebagai rumusan intervensi keperawatan. Pada karya ilmiah ners ini peneliti menggunakan beberapa intervensi yang salah satunya adalah edukasi prosedur tindakan yang didalamnya berisi latihan relaksasi *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE) digunakan dengan tujuan untuk membantu menurunkan tekanan darah pasien. Berikut adalah hasil intervensi pemberian *alternate nostril breathing exercise* yang dilakukan selama 3 hari intervensi, antara lain:

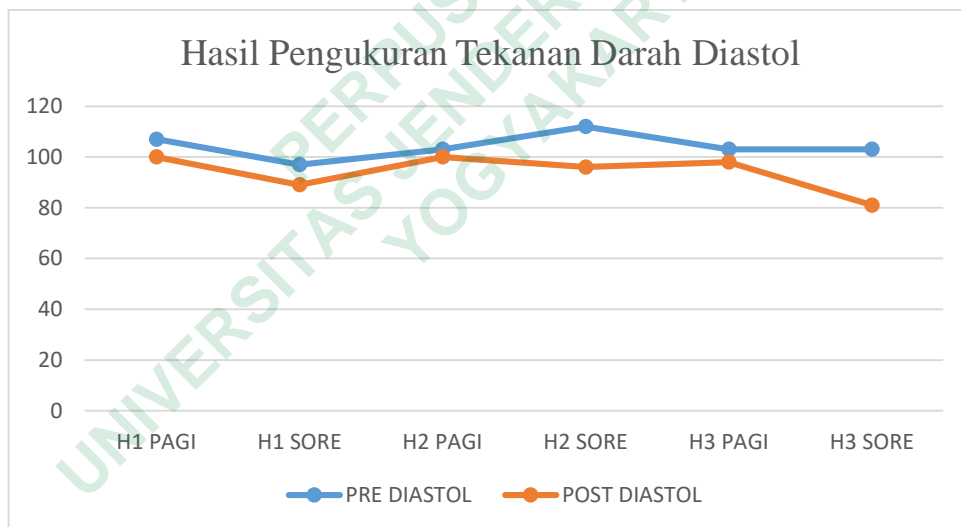
Tabel 4. 1 Pre Dan Post Pemberian Alternate Nostril Breathing Exercise

Hari/ Tanggal/ Waktu	Pre	Post
Selasa/ 25 Juli 2023/ pagi	158/107 mmHg	150/100 mmHg
Selasa/ 25 Juli 2023/ sore	148/97 mmHg	146/89 mmHg
Rabu/ 26 Juli 2023/ pagi	166/103 mmHg	154/100 mmHg
Rabu/ 26 Juli 2023/ sore	157/112 mmHg	145/96 mmHg
Kamis/ 26 Juli 2023/ pagi	156/103 mmHg	147/98 mmHg
Kamis/ 26 Juli 2023/ sore	150/103 mmHg	143/81 mmHg

**Gambar 4. 1 Pre Dan Post Pemberian Alternate Nostril Breathing Exercise**



Gambar 4. 2 Hasil Pengukuran Tekanan Darah Sistol



Gambar 4. 3 Hasil Pengukuran Tekanan Darah Diastol

Tabel diatas menunjukkan hasil implementasi yang dilakukan pada pasien relaksasi *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE) ini diterapkan selama 3 hari dengan frekuensi 2 kali dalam sehari dengan durasi selama 6-15 menit dalam 1 kali pertemuan. Implementasi keperawatan dilaksanakan mulai tanggal 25 Juli 2023 sampai tanggal 27 Juli 2023,

pemberian implementasi *alternate nostril breathing exercise* telah diberikan selama 3 hari dengan frekuensi 2 kali dalam sehari yakni pada pagi dan sore hari. Hasil pengukuran tekanan darah sebelum dilakukan *alternate nostril breathing exercise* yakni 158/107 mmHg kemudian setelah dilakukan *alternate nostril breathing exercise* menjadi 143/81 mmHg.

Berdasarkan hasil tersebut maka dapat diambil kesimpulan bahwa pemberian intervensi *alternate nostril breathing exercise* efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi, dimana dalam 3 hari setelah dilakukan intervensi sudah terdapat penurunan tekanan darah. Karya ilmiah ini didukung dengan penelitian Permata et al., (2021) bahwa terjadi penurunan tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah diberikan latihan *alternate nostril breathing* (p-value 0,001) dan tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah diberikan latihan *alternate nostril breathing* (p-value 0,001) selama 4 hari dengan frekuensi 2x sehari. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ramadhan & Prajayanti, (2023) mengatakan bahwa terdapat pengaruh pemberian *alternate nostril breathing* terhadap penurunan tekanan darah pada 50 orang lansia yang mengalami hipertensi, yang dibuktikan dari hasil tekanan sistolik dengan nilai p-value 0,050 dan hasil tekanan diastolik dengan nilai p-value 0,050, dengan pemberian intervensi 4 kali dalam seminggu dengan frekuensi 2 kali sehari di pagi dan sore hari.

Teknik relaksasi *alternate nostril breathing exercise* ini dapat memberikan pengaruh terhadap tekanan darah yaitu karena pernapasan yang melalui lubang hidung kanan terhubung dengan tulang belakang kanan dan langsung berhubungan dengan belahan otak sebelah kiri, hal ini menyebabkan peningkatan rangsangan pada sistem saraf simpatis, kemudian pernapasan melalui lubang hidung sisi kiri yang terhubung pada tulang belakang kiri dan berhubungan langsung dengan belahan otak sebelah kanan dapat merangsang kinerja saraf parasimpatis meningkat sehingga tubuh mengalami relaksasi, dengan teknik *alternate nostril breathing exercise* atau biasa dikenal dengan pernapasan melalui lubang

hidung dapat menyeimbangkan antara aktivitas sistem saraf simpatis dan parasimpatis, sehingga dapat menurunkan tekanan darah (Sofyan, Azzam, & Mustikasari, 2020).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Novitasari, Sabri, & Hurian, (2023) yang menyatakan bahwa *alternate nostril breathing* ini merupakan latihan yang berkaitan dengan dominasi serebral. Dimana salah satu nostril dominan maka akan menyebabkan hemisfer kontra lateral menjadi aktif. Sehingga latihan ini dapat menyeimbangkan antara sisi kanan dan sisi kiri otak dan juga menenangkan sistem saraf dengan demikian latihan pernapasan ini dapat menurunkan denyut jantung, mengurangi stres dan kecemasan, memperbaiki status respirasi dan sirkulasi serta dapat menstabilkan status hemodinamik. Latihan *alternate nostril breathing* ini hemat biaya, aman, mudah dipelajari, tidak memerlukan alat khusus, dan tidak ada efek samping sehingga latihan ini baik untuk tubuh yang dapat meningkatkan toleransi aktivitas, ketahanan sistem kardiovaskuler, serta meningkatkan kualitas hidup.