

## **BAB IV**

### **PEMBAHASAN**

#### **A. Pengkajian Keperawatan**

Berdasarkan hasil pengkajian Ny. S berusia 55 tahun, menurut (Heningtyas & Fatihah, 2024) Pada usia Ini adalah tahap awal lansia, di mana banyak individu masih aktif dan sehat. Seiring bertambahnya usia, elastisitas pembuluh darah menurun sehingga menjadi lebih kaku. Hal ini membuat pembuluh darah lebih sulit melebar saat darah dipompa oleh jantung, yang dapat meningkatkan tekanan darah. (Kartika, 2024). Selain itu Lansia seringkali mengalami penurunan aktivitas fisik, yang dapat menyebabkan peningkatan berat badan dan pengurangan kebugaran jantung. Kurangnya aktivitas ini bisa memicu hipertensi (Juliana et al., 2024).

Berdasarkan pengkajain Ny. S berjenis kelamin perempuan Hubungan antara perempuan dan hipertensi memiliki beberapa faktor khusus yang membedakannya dari laki-laki, terutama terkait dengan hormon, usia, dan kondisi kesehatan lainnya. (Khomsah et al., 2024). Estrogen memiliki efek perlindungan pada sistem kardiovaskular, terutama sebelum menopause. Hormon ini membantu menjaga elastisitas pembuluh darah dan mendukung kesehatan endotel (lapisan dalam pembuluh darah), sehingga menurunkan risiko hipertensi. (Xiang et al., 2021). Pada usia muda hingga paruh baya, perempuan cenderung memiliki tekanan darah yang lebih rendah dibandingkan laki-laki. Namun, setelah menopause, risiko hipertensi pada perempuan meningkat lebih tajam, sehingga mereka memiliki risiko yang sama atau bahkan lebih tinggi dibandingkan laki-laki pada usia tua (Lima et al., 2012).

Berdasarkan hasil pengkajian bahwa Tn. S sering mengkonsumsi makanan yang mengandung garam, Konsumsi garam memiliki hubungan yang kuat dengan perkembangan hipertensi (tekanan darah tinggi). Garam, yang terutama terdiri dari natrium klorida, memainkan peran penting dalam mengatur keseimbangan cairan dalam tubuh. Namun, asupan garam yang berlebihan dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah (Pratama et al., 2023), selain itu adanya individu sensitif terhadap garam tidak semua orang

memiliki respons yang sama terhadap asupan garam. Beberapa orang lebih sensitif terhadap garam, yang berarti asupan natrium yang tinggi menyebabkan peningkatan tekanan darah yang lebih besar pada mereka (Annisa et al., 2024).

## **B. Diagnosa Keperawatan dan Intervensi Keperawatan**

### **1. Risiko Perfusi Perifer Tidak Efektif (D.0015) Dibuktikan dengan Hipertensi**

Diagnosis keperawatan risiko perfusi perifer tidak efektif dibuktikan dengan hipertensi ditegakkan berdasarkan hasil pengkajian yang mengindikasikan adanya potensi gangguan sirkulasi darah ke jaringan perifer. Hipertensi yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah di atas nilai normal menyebabkan peningkatan tahanan pembuluh darah sistemik. Kondisi ini berisiko mengurangi aliran darah yang efektif ke area perifer, terutama jika dibiarkan tanpa penanganan yang memadai (Lukitaningtyas & Cahyono, Eko, 2023).

Dalam kasus ini, data subjektif mendukung adanya potensi risiko tersebut, di mana pasien mengungkapkan sering merasa pusing, nyeri kepala, dan kaku pada tengkuk, serta kesemutan pada tangan, yang merupakan tanda awal dari perfusi yang terganggu. Data objektif menunjukkan tekanan darah sebesar 171/101 mmHg yang masuk kategori hipertensi berat, sehingga memperkuat analisis risiko ini. Kombinasi hipertensi dengan keluhan pasien menunjukkan perlunya perhatian khusus terhadap sirkulasi perifer untuk mencegah komplikasi seperti iskemia jaringan.

Penetapan diagnosis ini bertujuan untuk memfokuskan intervensi keperawatan pada pencegahan risiko yang lebih lanjut, seperti penerapan terapi pijat refleksi kaki yang dapat membantu meningkatkan aliran darah perifer disertai edukasi gaya hidup sehat untuk mengontrol tekanan darah (Aditya & Khoiriyah, 2021). Dengan langkah ini, risiko perfusi perifer tidak efektif dapat diminimalkan, sehingga mendukung kesejahteraan pasien secara menyeluruh.

## **2. Manajemen Kesehatan Tidak Efektif (D.0116) b.d Kurang Terpapar Informasi**

Diagnosa yang diangkat pada Ny. S adalah Manajemen Kesehatan Tidak Efektif (D.0116) b.d Kurang terpapar informasi Diagnosa tersebut ditegakan berdasarkan hasil analisa data yang didapatkan dari pengkajian pada pasien. Data subjektif Ny. S mengatakan mengalami hipertensi sudah 6 bulan yang lalu, tidak tahu apa itu hipertensi, tidak rutin memeriksa tekanan darah ke fasilitas Kesehatan, khawatir jika penyakit hipertensinya menjadi semakin parah, malas ke puskesmas dan sering terlewat minum obat dan mengatakan bingung bagaimana untuk mengurangi garam karena sudah dicoba tapi tetap masih suka lalai makan makanan yang asin.

Manajemen kesehatan yang tidak efektif dapat berkontribusi pada peningkatan risiko dan komplikasi hipertensi (tekanan darah tinggi). Ketika seseorang tidak dapat atau tidak mengikuti strategi pengelolaan yang tepat untuk menjaga tekanan darah, risiko hipertensi tidak terkendali dan komplikasi terkait dapat meningkat (Carey et al., 2018). Manajemen kesehatan yang tidak efektif dapat menyebabkan hipertensi yang tidak terkontrol dan meningkatkan risiko komplikasi seperti serangan jantung, stroke, dan kerusakan organ lainnya. Pendekatan yang lebih proaktif dalam mematuhi pengobatan, memantau tekanan darah, mengubah gaya hidup, dan memahami pentingnya pengelolaan jangka panjang adalah kunci untuk menjaga tekanan darah tetap terkontrol dan mencegah komplikasi yang berbahaya. Edukasi dan dukungan dari tenaga kesehatan juga memainkan peran penting dalam meningkatkan keberhasilan manajemen hipertensi. (Kemenkes, 2020).

Kurangnya paparan terhadap informasi yang tepat tentang hipertensi dapat berdampak signifikan pada pencegahan, diagnosis, dan pengelolaan kondisi ini. Jika individu atau kelompok masyarakat tidak memiliki pengetahuan yang memadai tentang hipertensi, mereka mungkin lebih rentan terhadap risiko dan komplikasi yang terkait dengan tekanan darah tinggi (Schmidt et al., 2020).

### **3. Perilaku Kesehatan Cenderung Berisiko (D.0009) b.d Pemilihan Gaya Hidup Tidak Sehat**

Diagnosa yang diangkat pada Ny. S adalah Perilaku kesehatan cenderung berisiko (D.0099) b.d Pemilihan gaya hidup tidak sehat. Diagnosa tersebut ditegakan berdasarkan hasil analisa data yang didapatkan dari pengkajian pada pasien. Data subjektif Ny.S mengatakan suka makan makanan banyak mengandung garam atau makanan yang asin, suka makanan gorengan, mempunyai hipertensi, hipertensinya tidak turun.

Perilaku kesehatan yang cenderung berisiko sangat erat kaitannya dengan peningkatan risiko hipertensi (tekanan darah tinggi). Beberapa perilaku ini dapat langsung memengaruhi tekanan darah atau berkontribusi pada faktor risiko lain yang memperburuk hipertensi (Hernita & Rosela, 2024). Perilaku kesehatan yang berisiko, seperti pola makan tinggi garam, kurang aktivitas fisik, merokok, dan konsumsi alkohol berlebihan, dapat secara langsung atau tidak langsung menyebabkan hipertensi. Mengubah perilaku ini sangat penting untuk pencegahan dan pengelolaan hipertensi. Edukasi dan dukungan untuk mengadopsi gaya hidup sehat, serta akses ke layanan kesehatan, dapat membantu individu mengurangi risiko dan mengelola tekanan darah dengan lebih baik.(Umbas et al., 2019).

#### **C. Implementasi Keperawatan dan Evaluasi Keperawatan**

Hipertensi dapat ditangani dengan berbagai pengobatan – pengobatan alternatif, seperti dengan terapi pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah, terapi ini bersifat akut, artinya dapat diberikan pada penderita Hipertensi tetapi tidak sebagai satu – satunya penanganan melainkan menjadi terapi pendamping.

**Tabel 4. 1** Hasil Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Terapi

No	Tanggal jam	Hari intervensi	Tekanan darah				Ket
			Pre		Post		
			Sistolik	Diastolik	Sistolik	Diastolik	
1	25/09/2024	Pertama	151	99	148	93	Penurunan : Sistolik: 3 mmHg Diastolik : 6 mmHg
2	1/10/2024	Kedua	140	91	136	90	Penurunan : Sistolik : 4 mmHg Diastolik : 1 mmHg
3	8/10/2024	Ketiga	141	90	138	87	Penurunan : Sistolik = 3 mmHg Diastolik : 3 mmHg

Berdasarkan tabel diatas, hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan angka sistolik dan diastolik pada pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Pada hari pertama rata-rata penurunan angka sistolic adalah 3 persen dan diastolic 6 persen. Pada Intervensi di hari kedua rata-rata penurunan angka sistolic adalah 4 persen dan diastolic 1 persen. Pada Intervensi di hari ketiga rata-rata penurunan angka sistolic adalah 3 persen dan diastolik 3 persen. Menurut asumsi peneliti tentunya dalam penurunan tekanan darah oleh Ny. S dipengaruhi oleh banyak faktor seperti Non-farmakologi dan farmakologi, misalnya dalam non-farmakologi ketaatan pasien dalam mengikuti intervensi terapi pijat refleksi kaki selama 3 hari berturut-turut dapat menurunkan tekanan darah, hal ini didukung oleh penelitian yang melakukan penelitian sebanyak 3 hari lamanya didapatkan hasil dapat menurunkan tekanan darah.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan teori (Yuliana, 2019) yang menyebutkan bahwa salah satu terapi non farmakologis untuk menurunkan tekanan darah yaitu terapi pijat. Apabila terapi ini dilakukan secara teratur dapat menurunkan tekanan darah, kadar hormon kortisol, dan menurunkan kecemasan sehingga akan berdampak pada perbaikan fungsi tubuh. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang menyebutkan bahwa terapi pijat dapat

merangsang jaringan otot, menghilangkan toksin, merilekskan persendian, meningkatkan aliran oksigen, menghilangkan ketegangan otot sehingga berdampak terhadap penurunan tekanan darah. Sejalan dengan teori yang di ungkapkan oleh (W. Wahyuni et al., 2019) dalam penelitiannya yang menyatakan bahwa gerakan mengusap (Effleurage) adalah gerakan berirama yang khususnya dipakai untuk menurunkan pengeluaran hormon kortisol sehingga pengurangan stres dapat terjadi karena adanya respon rileks. Selain itu, gerakan melingkar (friction) dengan penekanan lebih menggunakan ibu jari bertujuan untuk penyembuhan ketegangan otot dan akibat asam laktat yang berlebih. Apabila dilakukan gerakan ini asam laktat akan berkurang, sehingga peredaran darah dalam pembuluh darah menjadi lebih lancar.

Asumsi peneliti selanjutnya adalah Faktor farmakologi yang dapat menurunkan tekanan darah Ny. S adalah dalam kepatuhan pasien dalam minum obat rutin hipertensinya yaitu amlodipine 10mg dengan waktu minum obat sebelum tidur dapat menurunkan tekanan darah Ny. S. Hal ini sejalan pada penelitian (Ariani, 2024) yang menyatakan bahwa kepatuhan pasien meminum obat hipertensi yang rutin dapat menurunkan tekanan darah. Salah satu faktor yang mempengaruhi kepatuhan adalah Pendidikan Kesehatan atau edukasi yang dilakukan oleh tenaga Kesehatan, Dimana salah satu hal penting untuk memberikan umpan balik pada pasien setelah memperoleh informasi tentang diagnosis. Pasien membutuhkan penjelasan tentang kondisi seperti itu, suatu penjelasan tentang penyebab penyakit dan bagaimana pengobatannya, dapat membantu meningkatkan kepercayaan dari pasien, untuk melakukan konsultasi dan selanjutnya dapat membantu meningkatkan kepatuhan. Kepatuhan pasien dalam hal mengkonsumsi obat secara rutin menjadi hal yang sangat penting bagi pasien hipertensi dalam mengontrol tekanan darah serta mendukung keberhasilan terapi. Ketidakepatuhan pasien dalam penggunaan obat dapat memperpanjang masa terapi pengobatan (Indirawati, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian (Khalisah et al., 2022) menyatakan bahwa pasien hipertensi yang diberikan pada malam hari lebih banyak menurunkan tekanan darah dibanding dengan pagi hari dikarenakan banyaknya faktor risiko

lain yang mempengaruhi. Hal ini berkaitan dengan farmakologi yang dimana ritme sirkadian tekanan darah mencapai puncak pada pukul 6 hingga 10 pagi, kadar amlodipine dalam darah mendekati kadar maksimal (yaitu 5-5,8ng/mL, setelah diminum 6-12 jam) bila diminum pada malam hari (pukul 18.00) amlodipin dapat menurunkan tekanan darah tepat pada saat tekanan darah tersebut mencapai puncaknya. Sehingga pemberian amlodipin pada malam hari (setelah pukul 18.00) lebih menurunkan tekanan darah systole dan diastole secara signifikan daripada amlodipine yang diberikan pada pagi hari (sebelum pukul 12.00). Selain itu tentunya masih banyak factor yang mempengaruhi naik turunnya angka tekanan darah ini, bisa dari hormone atau factor pencetus lainnya seperti kelelahan, kondisi kurang istirahat dan sebagainya (Rahmadani, 2020).

Hal ini sejalan dengan penelitian Aditya & Khoiriyah, (2021) pada penderita hipertensi dengan penurunan angka pada responden 1 sistol dan diastolnya menurun 10 poin dari TD 150/90mmHg menjadi 140/80mmHg dengan penurunan 10 poin pada MAP, responden ke 2 terjadi penurunan sistol 10 poin dan diastolnya 20 poin, dari TD 140/90mmHg menjadi 130/70mmHg dengan penurunan hampir 17 poin pada MAP dan responden ke 3 TD terdapat penurunan sistol 15 poin dan diastolnya juga 15 poin, dari TD 150/95mmHg menjadi 135/80mmHg dengan penurunan 15 poin pada MAP. Hal ini menunjukkan bahwa terapi pijat refleksi efektif dapat menurunkan tekanan darah pada responden hipertensi.

Berdasarkan Hasil Penelitian Usniyanti et al., (2024) bahwa setelah dilakukan nya terapi pijat refleksi yang dilakukan selama 30 menit dalam waktu 6 hari mampu mengalami penurunan dengan rata –rata 8,7 mmHg setiap harinya serta membuat badan lebih ringan,berkurangnya sakit kepala dan mampu menurunkan tekanan darah pada responden hipertensi yang tidak terkontrol, dan tidak dalam terapi obat. Pengobatan darah tinggi atau non-obat untuk mengatasi tekanan darah tinggi, salah satunya dengan terapi pijat refleksi atau pijat kaki, dapat menimbulkan relaksasi melalui rangsangan taktil pada

jaringan tubuh yang merangsang poros hipotalamus-hipofisis (HPA) secara kompleks. Respon neurohumoral dipicu.

Untuk sirkulasi melalui jalur sistem saraf. Adaptasi terhadap stres diatur oleh kemampuan HPA dalam melepaskan hormon seperti kortisol dan endorfin, yang menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis dan meningkatkan respons sistem saraf parasimpatis. Oleh karena itu, kerja jantung tidak memerlukan tekanan kuat untuk memompa, dan peredaran darah ke seluruh tubuh menjadi maksimal. Ketika semua saluran energi terbuka dan aliran energi tidak lagi terhambat oleh ketegangan otot atau hambatan lainnya, aktivitas pemompaan jantung menurun dan arteri halus berkontraksi lebih sedikit, sehingga menurunkan tekanan darah dan mengurangi risiko hipertensi. memberi tekanan pada dinding pembuluh darah berkurang dan aliran darah menjadi lancar sehingga tekanan darah akan menurun. (Umamah & Paraswati, 2024).

Terapi relaksasi diperlukan pada penderita hipertensi agar membuat pembuluh darah menjadi rileks sehingga akan terjadi vasodilatasi yang menyebabkan tekanan darah kembali normal (Sani & Irdianty, 2020).