

BAB IV

PEMBAHASAN

A. Pengkajian

Pengkajian adalah tahap awal proses keperawatan yang sistematis untuk mengumpulkan data komprehensif tentang individu, keluarga, atau kelompok, mencakup aspek biologis, psikologis, sosial, dan spiritual (Polopadang & Hidayah, 2019). Hasil pengkajian menunjukkan bahwa Ny. S, seorang wanita berusia 57 tahun dengan latar belakang suku Jawa dan beragama Islam, telah lama menderita hipertensi. Keluarga pasien termasuk tipe keluarga inti yang terdiri dari suami dan tiga anak. Dukungan keluarga terlihat dari pemahaman mereka terhadap kondisi penyakit yang diderita pasien serta keterlibatan dalam membantu pengelolaan kesehatannya. Keterlibatan keluarga sangat penting dalam pengelolaan penyakit kronis, seperti hipertensi yang memerlukan pengawasan dan motivasi berkelanjutan (Ayaturahmi et al., 2022).

Pasien mengeluhkan gejala utama berupa pusing, nyeri di bagian kepala belakang hingga pundak dengan skala nyeri 4 yang bersifat hilang timbul. Nyeri dirasakan meningkat saat tekanan darah naik, terutama ketika pasien mengalami stress atau aktivitas berat. Selain itu, Ny. S juga mengeluhkan rasa mudah lelah yang mengganggu aktivitas sehari-harinya. Berdasarkan pemeriksaan fisik, tekanan darah pasien berada pada 160/90 mmHg dengan frekuensi napas 20 kali per menit, nadi 79 kali per menit, suhu tubuh 36,20 C dan waktu pengisian kapiler kurang dari 3 detik. Pasien berada dalam kondisi kesadaran penuh (*Compos mentis*) tanpa risiko jatuh yang signifikan.

Ny. S secara rutin mengonsumsi obat antihipertensi Amlodipin 5 mg setiap pagi, kontrol ke puskesmas satu kali dalam sebulan, dan mengikuti kegiatan posyandu di desa setiap tanggal 8. Pasien juga telah melakukan upaya pencegahan dengan mengurangi konsumsi garam dan rutin mengonsumsi mentimun untuk membantu menstabilkan tekanan darahnya. Meskipun demikian, pasien mengaku bingung dengan fluktuasi tekanan

darahnya dan ingin mengetahui lebih banyak tentang pencegahan, faktor risiko, serta penanganan hipertensi. Antusiasme Ny. S terhadap upaya pengendalian tekanan darah menunjukkan motivasi yang baik untuk menerima intervensi berbasis terapi relaksasi nafas dalam dan murrotal Al-Qur'an.

Hasil pengkajian ini menunjukkan adanya potensi besar untuk menerapkan intervensi relaksasi sebagai metode komplementer dalam pengelolaan tekanan darah. Terapi ini tidak hanya dapat membantu menurunkan tekanan darah melalui mekanisme relaksasi sistem saraf, terapi juga memberikan efek spiritual yang dapat meningkatkan ketenangan batin pasien. Kombinasi terapi fisik dan spiritual diharapkan dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap stabilitas tekanan darah pasien (Megasari et al., 2023).

B. Diagnosa Keperawatan

Diagnosa keperawatan adalah pernyataan tentang respons manusia (kesehatan atau perubahan pola interaksi) yang memungkinkan perawat mengidentifikasi masalah secara legal dan memberikan intervensi untuk menjaga kesehatan atau mencegah perubahan (Polopadang & Hidayah, 2019). Berdasarkan hasil pengkajian terhadap Ny. S, dua diagnosa keperawatan yang telah ditegakkan untuk mendukung perencanaan intervensi. Diagnosa pertama adalah risiko perfusi serebral tidak efektif. Diagnosa ini didasarkan pada data subjektif yang menunjukkan bahwa Ny.S sering mengeluhkan pusing, nyeri kepala bagian belakang hingga pundak dengan skala nyeri 4 yang bersifat hilang timbul dan sering muncul saat tekanan darahnya meningkat. Selain itu, pasien juga merasa mudah lelah saat beraktivitas berat. Data objektif mendukung diagnosa ini dengan tekanan darah yang tinggi (160/90 mmHg). Meskipun kondisi kesadaran pasien dalam batas normal yakni *compos mentis* dan tidak ditemukan risiko jatuh, tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol dapat meningkatkan risiko gangguan perfusi serebral di masa mendatang. Oleh karena itu, diagnosa ini penting untuk mengarahkan intervensi yang fokus pada pengendalian

tekanan darah serta pencegahan komplikasi jangka panjang, terutama yang berkaitan dengan perfusi otak (SDKI, 2018).

Diagnosa kedua adalah kesiapan meningkatkan manajemen kesehatan. Hal ini didukung oleh data subjektif yang menunjukkan bahwa Ny. S dan keluarganya memiliki pemahaman yang baik mengenai penyakit hipertensi yang dialaminya. Ny.S secara rutin mengonsumsi obat antihipertensi menjalani kontrol kesehatan di puskesmas setiap bulan, serta aktif mengikuti kegiatan posyandu. Selain itu, pasien telah mengadopsi kebiasaan sehat seperti mengurangi konsumsi garam dan mengonsumsi mentimun untuk membantu menstabilkan tekanan darah. Meskipun demikian, Ny. S menyatakan keinginan untuk memahami lebih dalam tentang cara pencegahan hipertensi, faktor risiko, dan metode penanganannya. Secara objektif, Ny. S menunjukkan antusiasme saat pemeriksaan tekanan darah dilakukan, meskipun tampak bingung dengan penyebab fluktuasi tekanannya. Data ini mengindikasikan adanya motivasi melalui edukasi dan pendampingan keperawatan (SDKI, 2018).

Kedua diagnosa ini saling melengkapi dalam upaya memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif kepada Ny. S. Intervensi yang berbasis edukasi, terapi relaksasi, dan pendekatan spiritual seperti penggunaan murrotal Al-Qur'an irama nahawand diharapkan dapat meningkatkan kemampuan pasien dalam mengelola kesehatannya sekaligus menurunkan risiko komplikasi hipertensi (Megasari et al., 2023).

C. Intervensi Keperawatan

Intervensi keperawatan adalah proses pemevahan masalah yang mencakup keputusan tentang apa, bagaimana, kapan, dan siapa yang melaksanakan tindakan keperawatan (Polopadang & Hidayah, 2019). Intervensi keperawatan untuk risiko perfusi serebral tidak efektif difokuskan pada manajemen nyeri, pemantauan tanda-tanda vital, dan pemberian terapi nonfarmakologi. Manajemen nyeri dilakukan dengan mengidentifikasi karakteristik, durasi, intensitas, dan faktor yang memengaruhi nyeri sehingga intervensi dapat disesuaikan dengan

kebutuhan pasien. Pemantauan tanda-tanda vital seperti tekanan darah, nadi, dan respirasi dilakukan secara teratur sebelum dan setelah intervensi untuk mengevaluasi efektivitas terapi.

Selain itu, diberikan terapi nonfarmakologi berupa teknik relaksasi napas dalam yang membantu pasien mencapai kondisi relaksasi fisik dan psikologis. Relaksasi napas dalam adalah tindakan yang mudah dalam menurunkan atau meredakan nyeri dengan mengurangi tekanan atau kekakuan otot dan ansietas (Dewi, S, S et al., 2022). Pasien juga diajarkan mendengarkan murottal Al-Qur'an dengan irama Nahawand yang memiliki efek menenangkan dan meningkatkan rasa nyaman. Terapi audio bekerja dengan mentransmisikan impuls suara ke tubuh, memengaruhi sel-sel tubuh. Suara yang diterima telinga disalurkan ke sistem saraf pusat dan menyebar ke seluruh tubuh. Saraf vagus dan sistem limbik juga berperan mempercepat detak jantung dan pernapasan, membantu mengatur emosi (Apriliani et al., 2021; Eviarty et al., 2023; Rejo et al., 2024). Kombinasi intervensi ini diharapkan mampu memperbaiki perfusi serebral, menurunkan tekanan darah, dan mengurangi gejala yang dirasakan pasien.

Untuk diagnosa kesiapan meningkatkan manajemen kesehatan, intervensi keperawatan difokuskan pada pemberian edukasi kesehatan yang komprehensif. Pendidikan kesehatan adalah upaya pencegahan hipertensi yang bertujuan meningkatkan pengetahuan melalui proses pembelajaran sebagai bentuk komunikasi (Sukri et al., 2024). Edukasi diberikan dengan mengkaji terlebih dahulu tingkat pengetahuan pasien dan keluarga mengenai hipertensi, termasuk faktor risiko, tanda dan gejala, serta cara pencegahannya. Materi edukasi mencakup pentingnya kontrol rutin ke fasilitas kesehatan, kepatuhan dalam mengonsumsi obat antihipertensi, dan penerapan pola hidup sehat seperti mengurangi konsumsi garam dan menjaga berat badan ideal. Pasien dan keluarga diberi kesempatan untuk bertanya, sehingga edukasi bersifat interaktif dan dapat disesuaikan dengan kebutuhan individu. Dengan dukungan keluarga yang optimal dan pemahaman pasien yang meningkat, diharapkan pasien mampu mengelola

kesehatannya secara mandiri dan mencegah komplikasi (Ayaturahmi et al., 2022).

D. Implementasi Keperawatan

Implementasi keperawatan adalah tahap asuhan keperawatan yang merupakan tindak lanjut dari intervensi untuk membantu pasien mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Polopadang & Hidayah, 2019). Pada diagnosa risiko perfusi serebral tidak efektif, implementasi yang dilakukan pada hari pertama hingga hari ketiga bertujuan untuk meningkatkan perfusi serebral melalui strategi nonfarmakologi, yaitu relaksasi napas dalam dan mendengarkan murottal Al-Qur'an dengan irama Nahawand. Teknik ini dilakukan dengan konsisten setiap hari, dimulai dengan membina hubungan terapeutik, monitoring kondisi vital pasien (sebelum dan sesudah intervensi), serta menciptakan lingkungan yang kondusif untuk relaksasi. Relaksasi napas dalam bekerja dengan merangsang sistem saraf parasimpatis, sehingga menurunkan tekanan darah dan frekuensi denyut jantung (Bukhori & Wijaya, 2022). Mendengarkan murottal Al-Qur'an diyakini memiliki efek menenangkan melalui irama Nahawand yang menyerupai pola melodi yang digunakan dalam terapi musik (Atmajaya et al., 2023). Efek kombinasi kedua teknik ini memberikan dampak positif pada stabilisasi tekanan darah dan menurunkan gejala subjektif pasien seperti pusing dan nyeri kepala.

Sedangkan, implementasi terkait diagnosa keperawatan kesiapan meningkatkan manajemen kesehatan berfokus pada pendidikan kesehatan tentang hipertensi. Pada hari pertama, pengkajian kepatuhan dan kebiasaan pasien menjadi langkah awal untuk mengetahui sejauh mana pemahaman pasien. Pada hari kedua, materi pendidikan kesehatan diberikan menggunakan media dan metode yang disesuaikan dengan kebutuhan pasien, meliputi informasi tentang definisi, risiko, penanganan, dan pencegahan hipertensi. Pendekatan yang digunakan bersifat partisipatif, memberikan kesempatan kepada pasien dan keluarga untuk bertanya. Hari ketiga, berfokus pada evaluasi pemahaman pasien serta memberikan motivasi dan dukungan kepada pasien dan keluarga agar menerapkan pola

hidup sehat. Implementasi ini menekankan pentingnya pendekatan menyeluruh dalam pemberian pendidikan kesehatan, yang tidak hanya menasar pasien tetapi juga melibatkan keluarga sebagai pendukung utama (Wulansari & Ismiriyam, F, 2024).

E. Evaluasi Keperawatan

Evaluasi keperawatan adalah proses menilai respons pasien terhadap tindakan yang telah dilakukan dan meninjau ulang efektivitas intervensi yang diberikan (Polopadang & Hidayah, 2019). Hasil evaluasi menunjukkan adanya penurunan tekanan darah secara bertahap dari hari pertama hingga ketiga. Subjektifnya, pasien melaporkan penurunan intensitas nyeri kepala, peningkatan kualitas tidur, dan merasa lebih rileks.

Tabel 4. 1 Pengukuran Pre dan Post Tekanan Darah

	Tekanan Darah		Nadi	
	Sebelum Terapi	Sesudah Terapi	Sebelum Terapi	Sesudah Terapi
Hari ke-1	160/90 mmHg	145/75 mmHg	79 x/menit	75 x/menit
Hari ke-2	150/85 mmHg	134/72 mmHg	76 x/menit	73 x/menit
Hari ke-3	132/85 mmHg	127/80 mmHg	73 x/menit	70 x/menit

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan adanya penurunan tekanan darah dan frekuensi nadi pasien setelah dilakukan intervensi selama tiga hari. Pada hari pertama, tekanan darah pasien sebelum intervensi sebesar 160/90 mmHg menurun menjadi 145/75 mmHg setelah intervensi, sementara frekuensi nadi berkurang dari 79 kali/menit menjadi 75 kali/menit. Pada hari kedua, tekanan darah awal sebesar 150/85 mmHg turun menjadi 134/72 mmHg, disertai penurunan frekuensi nadi dari 76 kali/menit menjadi 73 kali/menit. Pada hari ketiga, tekanan darah pasien sebelum intervensi sebesar 132/85 mmHg turun menjadi 127/80 mmHg, dan frekuensi nadi menurun dari 73 kali/menit menjadi 70 kali/menit. Hal ini menunjukkan bahwa kombinasi relaksasi napas dalam dan murottal Al-Qur'an efektif dalam menurunkan tekanan darah dan membantu stabilisasi

perfusi serebral. Dari hasil tersebut, sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Megasari et al., 2023) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh intervensi relaksasi napas dalam dan murottal Al-Qur'an irama nahawand terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi. Meskipun demikian, masalah perfusi serebral masih teratasi sebagian, mengingat kondisi pasien yang masih membutuhkan intervensi lanjutan untuk mencapai hasil optimal.

Evaluasi implementasi pendidikan kesehatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman pasien dan keluarganya terkait hipertensi. Hasil penelitian sari menunjukkan bahwa edukasi efektif meningkatkan pengetahuan pasien dalam mencegah dan mengendalikan hipertensi (Sari, R & Iqbal, R, 2022). Pasien mengungkapkan komitmen untuk menjaga pola hidup sehat, seperti mengurangi konsumsi garam, rutin minum obat antihipertensi, dan kontrol kesehatan secara berkala. Keluarga juga menunjukkan peran aktif dalam mendukung pasien yang menjadi faktor penting dalam keberhasilan manajemen kesehatan. Masalah ini dinilai telah teratasi sepenuhnya pada hari ketiga, ditandai dengan pasien dan keluarga yang antusias, paham, dan kooperatif dalam menjalankan intervensi mandiri untuk menjaga kestabilan tekanan darah. Hal ini mencerminkan pentingnya pemberian edukasi berulang dan kolaboratif dalam upaya meningkatkan manajemen kesehatan pasien (Taufandas et al., 2023).