

## **BAB IV**

### **PEMBAHASAN**

Dalam bab ini dijelaskan tahapan asuhan keperawatan yang diberikan kepada Ny.S, pasien dengan riwayat hipertensi selama 12 tahun di Puskesmas Pandak 1 Bantul pada tahun 2024.

#### **A. Pengkajian**

Pengkajian merupakan langkah awal yang penting dalam proses asuhan keperawatan dan merupakan suatu proses yang sistematis dalam pengumpulan data (Nurlina, 2024). Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan pada Ny.S, ditemukan bahwa pasien mempunyai tekanan darah yang fluktuatif dengan riwayat hipertensi selama 12 tahun, serta keluhan subjektif berupa kesemutan, kebas, nyeri tengkuk, dan rasa pusing yang muncul terutama saat kelelahan, data objektif menunjukkan tekanan darah sebelum terapi berada pada kisaran 135/80 mmHg hingga 140/80 mmHg.

Dari segi psikososial, pasien tetap aktif dalam kegiatan masyarakat meskipun memiliki riwayat hipertensi dan memiliki dukungan keluarga yang baik. Namun, ditemukan adanya defisit pengetahuan tentang pengelolaan hipertensi, khususnya terkait pola makan, aktivitas fisik dan manfaat terapi tambahan seperti jus belimbing manis.

Pengkajian juga mencakup riwayat kesehatan keluarga, dimana terdapat faktor keturunan hipertensi dari ibu pasien, selain itu, pasien tidak memiliki riwayat alergi atau pembedahan sebelumnya, namun mengonsumsi obat antihipertensi secara rutin. Data ini memberikan gambaran menyeluruh mengenai kondisi fisik, psikologis, dan sosial pasien yang menjadi dasar penetapan diagnosa keperawatan dan penyusunan intervensi yang tepat termasuk terapi jus belimbing manis untuk menurunkan tekanan darah secara non farmakologis. Data yang terkumpul menjadi landasan kuat dalam menetapkan prioritas masalah keperawatan dan merancang rencana intervensi.

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

### **1. Diagnosa Keperawatan**

Diagnosa keperawatan ialah penilaian klinis terhadap pengalaman atau respon individu, keluarga, atau komunitas pada masalah kesehatan, apda risiko masalah kesehatan atau pada proses kehidupan (Pratiwi et al., 2023). Penegakan diagnosa keperawatan dilakukan berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan terhadap pasien dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pandak 1 Kabupaten Bantul. Diagnosa keperawatan yang ditegakkan meliputi perfusi perifer tidak efektif, nyeri akut, dan defisit pengetahuan yang masing-masing ditetapkan berdasarkan data subjektif dan objektif yang diperoleh.

Diagnosa keperawatan perfusi perifer tidak efektif ditegakkan berdasarkan data tekanan darah pasien yang tinggi, riwayat hipertensi selama 12 tahun, dan keluhan seperti kesemutan serta kebas pada ekstremitas. Perfusi perifer pada pasien hipertensi berkaitan dengan peningkatan tekanan darah, peradangan pembuluh darah yang tidak terkontrol serta keluhan nyeri kepala. Jika tidak ditangani segera, gangguan perfusi perifer dapat memicu komplikasi serius seperti serangan jantung, stroke, serta masalah psikologis dan penurunan kemampuan kognitif individu (Handayani et al., 2024).

Diagnosa nyeri akut ditetapkan karena pasien mengeluhkan nyeri pada tengkuk yang dirasakan seperti ditusuk dengan intensitas nyeri yang berkisar pada skala 5 saat pengkajian awal. Nyeri yang dirasakan oleh penderita hipertensi tergolong sebagai nyeri akut. nyeri akut adalah jenis nyeri yang muncul akibat adanya kerusakan jaringan atau risiko kerusakan yang diawali dengan aktivasi reseptor nyeri (Vilana et al., 2024). Nyeri ini sering muncul saat pasien kurang istirahat atau mengalami kelelahan dengan lokasi dan karakteristik nyeri yang sesuai dengan hasil pengkajian menggunakan metode PQRST.

Adapun diagnosa defisit pengetahuan ditegakkan berdasarkan ketidaktahuan pasien mengenai manajemen hipertensi, khususnya terkait

pola makan, pentingnya olahraga, dan pengelolaan tekanan darah secara mandiri. Hal ini diperkuat dengan pengakuan pasien bahwa sudah memulai mengurangi asupan garam dan belum memahami secara mendalam manfaat terapi tambahan seperti jus belimbing manis.

## 2. Intervensi Keperawatan

Intervensi keperawatan adalah segala perawatan yang dilakukan perawat didasarkan pada pengetahuan dan penilaian secara klinis guna mencapai luaran yang diharapkan (Pangandaheng et al., 2023). Intervensi keperawatan yang diterapkan pada pasien dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pandak 1 Kabupaten Bantul bertujuan untuk menurunkan tekanan darah, mengurangi gejala yang dirasakan pasien, serta meningkatkan pengetahuan mengenai pengelolaan hipertensi. Salah satu pendekatan alami dan juga menjadi intervensi utama untuk menurunkan tekanan darah adalah dengan mengonsumsi jus dari buah segar. Metode ini sederhana, terjangkau, dan dapat menjadi alternatif pengobatan terutama jika dipadukan dengan olahraga rutin, pengurangan kalori, serta pembatasan asupan garam. Jus buah segar juga memiliki efek samping yang lebih minimal dibandingkan obat-obatan berbahan kimia (Moonti, M et al., 2024). Jus belimbing manis diberikan selama tiga hari berturut-turut dengan pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan setelah terapi untuk mengevaluasi efektivitasnya..

Selain itu, intervensi lain yang dilakukan meliputi edukasi mengenai pola makan rendah garam dan pentingnya aktivitas fisik yang sesuai. Edukasi ini bertujuan untuk mengatasi defisit pengetahuan pasien tentang hipertensi, terutama mengenai upaya pencegahan komplikasi dan pentingnya kepatuhan terhadap pengobatan. Intervensi edukasi diberikan secara bertahap dan disesuaikan dengan kebutuhan pasien menggunakan bahasa yang mudah dipahami (Windiramadhan, A et al., 2023).

Pada gejala fisik, pasien mengeluhkan nyeri akut pada tengkuk yang sering muncul saat kelelahan. Intervensi yang dilakukan mencakup teknik relaksasi sederhana dan pengaturan posisi tubuh untuk mengurangi

ketegangan otot, serta pemberian edukasi tentang pentingnya istirahat yang cukup. Untuk mendukung peredaran darah perifer dilakukan juga pemantauan rutin terhadap gejala kesemutan dan kebas yang sering dirasakan pasien.

## **C. Implementasi dan Evaluasi**

### **1. Implementasi Keperawatan**

implementasi keperawatan merupakan serangkaian tindakan yang dilakukan oleh perawat untuk mendukung klien dalam mengatasi masalah kesehatan yang dialami menuju kondisi kesehatan yang lebih baik, sesuai dengan kriteria hasil yang diharapkan (Pratiwi et al., 2023). Implementasi keperawatan pada pasien dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pandak 1 Kabupaten Bantul dilakukan secara bertahap selama tiga hari sesuai dengan rencana asuhan keperawatan yang telah disusun. Salah satu implementasi utama adalah pemberian terapi jus belimbing sebagai intervensi non farmakologis untuk menurunkan tekanan darah. Sebelum dan setelah pemberian jus, dilakukan pengukuran tekanan darah untuk memantau efektivitas terapi. Hasil implementasi menunjukkan potensi jus belimbing manis sebagai terapi tambahan dalam pengelolaan hipertensi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hasil implementasi ini sejalan dengan teori dan penelitian sebelumnya mengenai efektivitas jus belimbing manis dalam menurunkan tekanan darah.

Selain terapi jus, pasien juga diberikan edukasi mengenai gaya hidup sehat, termasuk pola makan rendah garam, pentingnya aktivitas fisik, dan manajemen stres. Edukasi ini dilakukan menggunakan pendekatan dengan bahasa yang mudah dipahami oleh pasien untuk memastikan pesan tersampaikan secara efektif. Pada hari pertama, fokus implementasi adalah pengenalan manfaat terapi dan pengukuran tekanan darah awal. Hari kedua edukasi pola makan dan pengelolaan stress, sementara hari ketiga melibatkan evaluasi hasil terapi dan penguatan motivasi pasien untuk mempertahankan kebiasaan sehat.

Selain itu, pasien juga diberikan intervensi untuk mengatasi gejala nyeri akut pada tengkuk yang sering dirasakan seperti teknik relaksasi napas dalam dan pengaturan posisi yang nyaman. Manajemen nyeri dalam asuhan keperawatan meliputi berbagai intervensi, seperti observasi, tindakan terapeutik, edukasi, dan kolaborasi. Salah satu tindakan terapeutik yang diberikan adalah teknik relaksasi napas dalam. Pelaksanaan teknik ini dapat membantu mengurangi konsumsi oksigen, menurunkan metabolisme, memperlambat frekuensi napas, dan denyut jantung, mengurangi tegangan otot, serta menurunkan tekanan darah (Vilana et al., 2024).

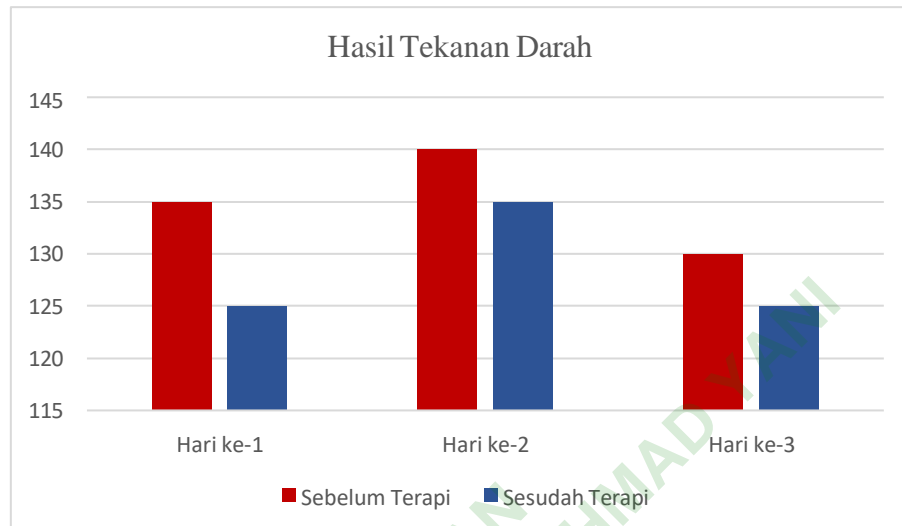
## 2. Evaluasi Keperawatan

Evaluasi adalah bagian terakhir dari proses keperawatan. Dengan cara evaluasi, perawat mampu memberikan tanggapan pada kuantitas dan kualitas asuhan yang diberikan (Lynn Basford & Oliver Slevin, 2006 dalam Nurlina, 2024). Evaluasi keperawatan pada pasien dengan hipertensi setelah penerapan intervensi jus belimbing manis dilakukan secara bertahap selama tiga hari. Pada data subjektif, pasien melaporkan penurunan gejala yang dirasakan, seperti berkurangnya rasa pusing dan kesemutan di kaki dan tangan. Pasien juga menyatakan merasa lebih nyaman dan tenang setelah mengikuti terapi.

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

Hari/Tanggal	Sebelum Terapi	Sesudah Terapi
Rabu, 18/11/2024	135 mmHg/80 mmHg	125 mmHg/85 mmHg
Kamis, 19/11/2024	140 mmHg/80 mmHg	135 mmHg/85 mmHg
Jum'at, 20/11/2024	130 mmHg/75 mmHg	125 mmHg/80 mmHg

**Gambar 4.1** Grafik Hasil Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Terapi Pemberian Jus Belimbing Manis



Berdasarkan tabel di atas, hasil pengukuran tekanan darah pasien sebelum dan sesudah terapi jus belimbing manis selama tiga hari menunjukkan adanya perubahan yang signifikan pada tekanan sistolik dan diastolic. Pada hari pertama, tekanan sistolik turun sebesar 10 mmHg dari 135 mmHg menjadi 125 mmHg, sedangkan tekanan diastolik meningkat sebesar 5 mmHg dari 80 mmHg menjadi 85 mmHg. Hari kedua, menunjukkan penurunan tekanan sistolik sebesar 5 mmHg dari 140 mmHg menjadi 135 mmHg, dengan peningkatan tekanan diastolik yang sama yaitu 5 mmHg dari 80 mmHg menjadi 85 mmHg. Pada hari ketiga, tekanan sistolik kembali turun sebesar 5 mmHg dari 130 mmHg menjadi 125 mmHg, sementara tekanan diastolik meningkat sebesar 5 mmHg dari 75 mmHg menjadi 80 mmHg.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, ditemukan bahwa jus belimbing manis efektif menurunkan tekanan darah sesuai dengan teori dan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Maigoda, Tonny & Apriani, 2023; Mardiana & Ikhvani, 2024). Buah belimbing manis (*Averrhoa Carambola L.*) mengandung serat, kalium, fosfor, dan vitamin C. Asupan serat memiliki hubungan yang berarti dengan penurunan tekanan darah.

Dalam satu buah belimbing seberat 127 gram, terdapat kandungan kalium sebesar 207 mg dan serat sebanyak 5 gram. Kandungan nutrisi ini menjadikan belimbing manis sebagai salah satu jenis makanan yang berpotensi membantu menurunkan tekanan darah (Maigoda, Tonny & Apriani, 2023). Keberhasilan terapi ini juga dipengaruhi oleh tingkat kepatuhan pasien dalam mengonsumsi obat. Ketidakepatuhan dalam minum obat dapat memicu kegagalan dalam pengendalian tekanan darah, sementara kepatuhan yang tinggi akan membantu menjaga tekanan darah tetap stabil (Rifda & Sari, 2022).

Hasil evaluasi juga menunjukkan peningkatan pemahaman pasien tentang pentingnya pola makan rendah garam dan penerapan gaya hidup sehat. Pasien menunjukkan motivasi yang tinggi untuk melanjutkan kebiasaan sehat, termasuk konsumsi jus belimbing manis secara teratur. Pada evaluasi hari ketiga, pasien telah menunjukkan hasil tekanan darah yang lebih stabil dibandingkan dengan awal terapi dan keluhan subjektif berkurang signifikan.

Dari aspek pengetahuan, evaluasi menunjukkan bahwa pasien memahami materi edukasi yang diberikan, termasuk risiko hipertensi yang tidak terkontrol dan manfaat dari intervensi non farmakologis. Pasien menunjukkan kemauan untuk menerapkan perubahan gaya hidup sesuai dengan anjuran yang dibesarkan selama proses asuhan keperawatan. Evaluasi ini mengindikasikan bahwa penerapan terapi jus belimbing manis dapat menjadi salah satu metode yang efektif dan praktis dalam mendukung pengelolaan hipertensi secara menyeluruh, selain intervensi farmakologis dan modifikasi gaya hidup lainnya.