

BAB IV

PEMBAHASAN

A. Karakteristik responden

1. Usia responden dalam penelitian ini adalah 59 tahun, yang mana ada beberapa faktor yang berhubungan dengan penuaan dan perubahan gaya hidup seiring bertambahnya usia, salah satunya adalah penurunan elastisitas pembuluh darah. Seiring bertambahnya usia, pembuluh darah cenderung kehilangan elastisitasnya, membuatnya lebih kaku. Kekakuan ini meningkatkan tekanan darah karena darah yang dipompa oleh jantung sulit mengalir dengan lancar (Sastri, 2020).
2. Selain itu Fungsi ginjal sering menurun dengan usia, yang memengaruhi kemampuan tubuh untuk mengatur tekanan darah. Ginjal yang sehat berperan dalam menjaga keseimbangan cairan dan elektrolit, yang penting untuk mengontrol tekanan darah (Ghea Chikarrani et al., 2019). Dan banyak orang di usia paruh baya atau lanjut mengalami penurunan aktivitas fisik, yang dapat memengaruhi berat badan dan kesehatan kardiovaskular, sehingga meningkatkan risiko hipertensi (Lukitaningtyas & Cahyono, 2023).
3. Pada penelitian ini responden berjenis kelamin perempuan. Perempuan cenderung lebih rentan mengalami hipertensi terutama karena perubahan hormonal seiring usia, khususnya saat menopause. Hormon estrogen, yang berperan penting dalam menjaga elastisitas pembuluh darah, berkurang secara signifikan setelah menopause, yang menyebabkan peningkatan tekanan darah. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa perempuan di atas usia 55 tahun mengalami peningkatan risiko hipertensi dibandingkan laki-laki pada rentang usia yang sama (Siregar & Yusuf, 2022). Selain faktor hormonal, perempuan juga menghadapi risiko hipertensi karena beberapa faktor gaya hidup dan kondisi medis, seperti penggunaan kontrasepsi hormonal, yang dapat mempengaruhi tekanan darah. Obesitas, pola makan tinggi garam, kurangnya aktivitas fisik, serta stres juga memperburuk risiko ini (Sudargo et al., 2018). Selain itu pasien juga memiliki pekerjaan

sebagai buruh. Sebuah penelitian di Nepal juga mendukung temuan ini, menunjukkan bahwa pekerja kasar, termasuk buruh tani dan pekerja bangunan, lebih rentan mengalami hipertensi karena beban fisik yang berat.

B. Diagnosa keperawatan

1. Gangguan perfusi jaringan perifer tidak efektif

Gangguan perfusi jaringan perifer yang tidak efektif pada pasien hipertensi terjadi karena tekanan darah tinggi kronis yang menyebabkan pembuluh darah arteri mengalami perubahan struktural. Tekanan darah tinggi memperkuat tekanan pada dinding pembuluh darah, sehingga mempercepat proses aterosklerosis atau penumpukan plak pada dinding pembuluh darah arteri. Akibatnya, lumen arteri menyempit, mengurangi aliran darah yang mencapai jaringan perifer. (Dafriani & Prima, 2019).

Selain itu, hipertensi kronis juga berdampak pada fungsi endotel pembuluh darah, yaitu lapisan yang mengatur kontraksi dan relaksasi pembuluh darah. Gangguan pada fungsi endotel menyebabkan ketidakseimbangan antara vasokonstriksi dan vasodilatasi, memperburuk penurunan perfusi jaringan perifer. Gangguan perfusi ini bisa menjadi parah jika tidak ditangani, berpotensi menyebabkan komplikasi seperti ulkus atau bahkan gangren pada ekstremitas (Askar, 2020)

2. Nyeri akut

Pada pasien hipertensi, nyeri akut sering terjadi akibat peningkatan tekanan darah yang memberikan beban berlebihan pada dinding pembuluh darah dan organ-organ vital, terutama jantung. Hipertensi memaksa jantung bekerja lebih keras untuk memompa darah, yang dapat menyebabkan nyeri dada (angina). Peningkatan tekanan dapat menghambat aliran darah ke otot jantung, menyebabkan iskemia atau kekurangan oksigen pada jaringan jantung. Kondisi ini sering menyebabkan nyeri dada yang tajam, dan jika dibiarkan, bisa berujung pada serangan jantung. (Marliani, 2013)

Pada hipertensi kronis, pembuluh darah perifer bisa menyempit dan kekakuan pada dindingnya meningkat, yang mengganggu aliran darah ke jaringan tepi seperti kaki atau tangan. Kondisi ini dapat menyebabkan nyeri akut pada ekstremitas, terutama saat beraktivitas. Hal ini juga dikenal sebagai claudication (nyeri saat berjalan) pada arteri perifer (Ningtyas et al., 2023).

Pada hipertensi yang sangat tinggi atau krisis hipertensi, tekanan darah yang tinggi menyebabkan peningkatan tekanan pada pembuluh darah di otak. Tekanan ini dapat menyebabkan sakit kepala hebat atau migrain, yang seringkali disertai mual, muntah, dan sensitivitas terhadap cahaya. Nyeri ini umumnya tiba-tiba dan parah. (Junaidi, 2021)

3. Kesiapan meningkatkan manajemen kesehatan

Meningkatkan manajemen kesehatan pada pasien hipertensi adalah hal penting untuk mencegah komplikasi serius, seperti penyakit jantung, stroke, atau gagal ginjal. Kesiapan pasien untuk meningkatkan manajemen kesehatan dapat dilihat melalui beberapa aspek, pasien yang memahami bahaya hipertensi dan komplikasi yang dapat terjadi biasanya lebih siap dalam mengelola kesehatannya. Edukasi tentang pentingnya menjaga tekanan darah, dampak positif dari gaya hidup sehat, serta pemantauan tekanan darah mandiri bisa meningkatkan kesadaran dan kesiapan pasien untuk bertanggung jawab atas kesehatannya (Izzani & Fatah, 2022)

Pengobatan hipertensi sering kali memerlukan penggunaan obat secara jangka panjang. Kesiapan pasien untuk patuh pada pengobatan, termasuk jadwal minum obat dan kontrol rutin ke fasilitas kesehatan, merupakan faktor kunci dalam manajemen kesehatan hipertensi yang efektif. Edukasi tentang efek samping obat dan pentingnya kepatuhan pengobatan juga dapat membantu meningkatkan komitmen pasien (Frianto et al., 2023)

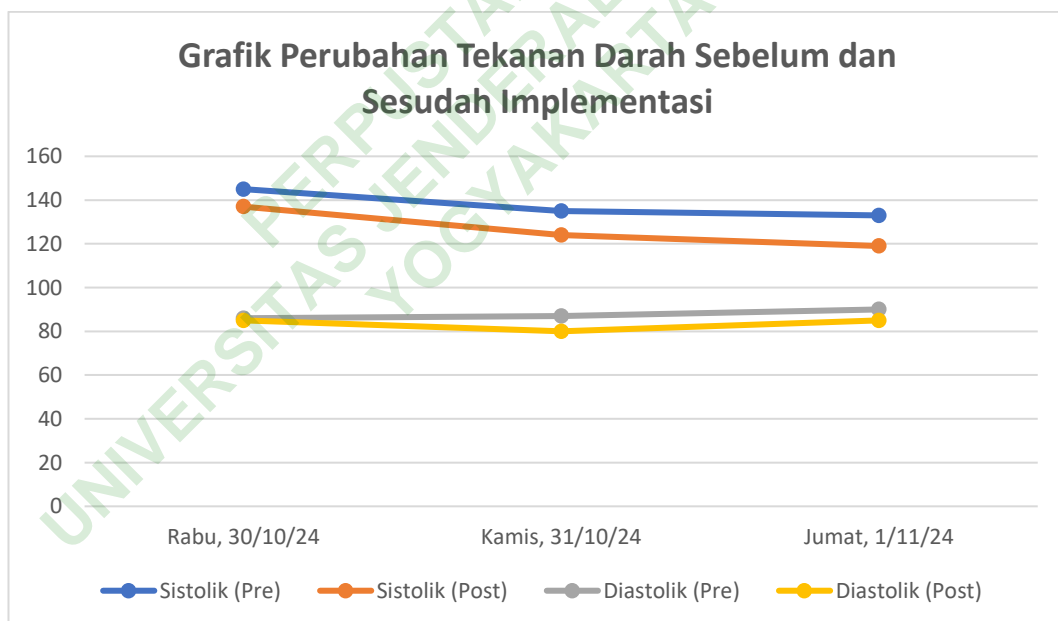
C. Analisis Intervensi

Selain pengobatan – pengobatan farmakologi, Hipertensi dapat ditangani dengan berbagai pengobatan – pengobatan alternatif , seperti dengan terapi

Slow Deep Breathing dan aromatrapi mawar, 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	30/10/24	Pertama	145	86	137	85	Penurunan : Sistolik = 8 mmHg Diastolik : 1 mmHg
2	31/10/24	Kedua	135	87	124	80	Penurunan : Sistolik = 11 mmHg Diastolik : 7 mmHg
3	1/11/24	Ketiga	133	90	119	85	Penurunan : Sistolik = 14 mmHg Diastolik : 5 mmHg



Berdasarkan tabel diatas, hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan angka sistolik dan diastolik pada pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan intevensi yang dilakukan 3x pertemuan selama 15-20 menit. Hal ini sejalan dengan penelitian Akhriansyah et al., (2024) penelitian ini dilakukan dengan jumlah 20 responden selama 7 hari. Hasil penelitian didapatkan kondisi sistolik menurun secara bermakna dari 155

mmHg menjadi 128 mmHg dan kondisi tekanan darah diastolic pada lansia yang mendapatkan terapi *slow deep breathing* menurun secara bermakna dari 99,2 mmHg menjadi 81,8 mmHg. Pada penelitian ini dilakukan pengukuran tekanan darah kepada lansia sebelum diberikan terapi *slow deep breathing* dan kemudian dilakukan pengukuran tekanan darah setelah diberikan terapi dapat disimpulkan bahwa lansia hipertensi yang mendapatkan terapi *slow deep breathing* tekanan darahnya mengalami penurunan. Diharapkan dengan adanya pengobatan non farmakologi (terapi *slow deep breathing*) bisa membantu mengurangi hipertensi pada lansia.

Dalam hal ini, selain diberikan intervensi *slow deep breathing*, faktor-faktor lain seperti farmakologi juga dapat mendukung menurunkan hipertensi. Seperti pada Faktor farmakologi yang dapat menurunkan tekanan darah klien adalah dalam kepatuhan pasien dalam minum obat rutin hipertensinya dengan waktu minum obat sebelum tidur dapat menurunkan tekanan darah klien. Hal ini sejalan pada penelitian (Silvianah & Indrawati, 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 selanjtnya 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 (Silvianah & Indrawati, 2024)

Sedangkan dalam penelitian Ramadan et al., (2021) yang jumlah responden 36 orang yang terdiri dari 18 orang responden pada setiap kelompok. Pemberian terapi dilakukan selama 3 hari berturut – turut dalam waktu 10 menit didapatkan hasil pada tekanan darah sistolik yaitu 164.94 mmHg dengan

standar deviasi 7.033, pada tekanan darah diastolik didapatkan hasil rata-rata tekanan darah responden yaitu 96.94 mmHg dengan standar deviasi 5.058. Sedangkan hasil rata-rata tekanan darah sistolik setelah intervensi yaitu 152.89 mmHg dengan standar deviasi 7.235 dan rata-rata tekanan darah diastolik setelah intervensi yaitu 87.89 mmHg dengan standar deviasi 4.129.

Lalu dalam penelitian Faridah et al., (2024) Pemberian *slow deep breathing* dan aromaterapi mawar dapat berpengaruh terhadap modulasi sistem kardiovaskuler dan dapat menyebabkan perasaan rileks dan tenang sehingga memperlancar aliran darah yang mengakibatkan tekanan darah menurun. Oleh karena itu, diharapkan pasien hipertensi melakukan *slow deep breathing* dan aromaterapi mawar selama 15 menit dalam sehari selama 3 hari berturut-turut untuk mencapai tekanan darah yang normal.

Teknik pernapasan lambat dan dalam (*slow deep breathing*) dapat membantu menurunkan tekanan darah dengan cara membantu merangsang sistem saraf parasimpatis, yang menurunkan respons "*fight or flight*" (yang seringkali meningkatkan tekanan darah). Dengan menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis, denyut jantung dan tekanan darah bisa berkurang, dengan bernapas perlahan dan dalam, tubuh menerima lebih banyak oksigen, yang membantu merilekskan pembuluh darah dan meningkatkan sirkulasi, Teknik ini mengurangi kecemasan dan stres, yang merupakan faktor pemicu hipertensi. (Marni et al., 2023)

Sedangkan Penggunaan minyak esensial mawar dalam aromaterapi memiliki manfaat sebagai efek relaksasi aroma mawar merangsang area otak yang mengontrol emosi dan stres, memberikan efek relaksasi yang bisa menurunkan tekanan darah, menurunkan hormon stres aromaterapi dapat menurunkan kadar hormon kortisol dalam tubuh, yang biasanya meningkat dalam kondisi stres dan berkontribusi pada hipertensi, meningkatkan suasana hati aroma mawar cenderung menimbulkan perasaan nyaman dan tenang, sehingga membantu menurunkan tekanan darah secara tidak langsung. Beberapa penelitian mendukung bahwa kombinasi antara teknik pernapasan dalam dan aromaterapi dengan minyak esensial mawar dapat menjadi

intervensi non-farmakologis yang efektif untuk mengendalikan hipertensi pada lansia (W. Wahyuni et al., 2020).

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA