

BAB V

PEMBAHASAN

A. Pengkajian

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan pada tanggal 25 Januari 2025, pasien mengalami kecemasan akibat hipertensi dengan tekanan darah mencapai 208/80 mmHg. Pasien memiliki riwayat hipertensi selama 5 tahun, sering mengalami mual, muntah, serta merasa cemas setiap kali mengetahui tekanan darahnya tinggi. Hal ini sesuai dengan teori bahwa kecemasan dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah melalui mekanisme fisiologis, termasuk respons stres tubuh. Jika seseorang merasa cemas, tubuh akan melepaskan hormon stres seperti adrenalin dan kortisol. Hormon-hormon ini menyebabkan stenosis pembuluh darah dan peningkatan denyut jantung, sehingga meningkatkan tekanan darah (Hulu et al., 2024).

Sehingga untuk mengukur tingkat kecemasan pasien, peneliti menggunakan kuisioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS), pasien menunjukkan gejala kecemasan, termasuk rasa cemas berlebih dan ketakutan terhadap pikirannya sendiri. Sedangkan penelitian yang dilakukan (Norkhalifah, 2022) menggunakan Skala kecemasan *Zung Self-Rating Anxiety Scale* (SAS/SRAS).

Hasil penilaian menggunakan kuisioner HARS-A di hari pertama skala ansietas dengan HARS-A yaitu skor 23 (cemas sedang) turun menjadi skor 21 (cemas sedang), dengan adanya penurunan tekanan darah dari 208/80 mmHg menjadi 198/89 mmHg. Hasil pengkajian ini menunjukkan bahwa pasien mengalami kecemasan yang dipicu oleh kondisi hipertensinya, yang berpotensi memperburuk kondisi kesehatannya.

B. Diagnosa Keperawatan

Berdasarkan hasil pengkajian pada pasien hipertensi, diagnosis keperawatan yang dapat ditegakkan adalah perfusi perifer tidak efektif berhubungan dengan peningkatan tekanan darah (D.0009) dan ansietas yang berhubungan dengan krisis situasional (D.0080). Hal ini ditandai dengan

pasien yang tampak tegang, sering bertanya terkait tekanan darahnya, serta mengalami peningkatan tekanan darah yang signifikan.

Menurut teori keperawatan, ansietas dapat timbul akibat berbagai faktor, termasuk stres psikologis yang dipicu oleh kondisi kesehatan, seperti hipertensi. Ansietas dalam kasus ini memiliki kesamaan dengan teori perspektif biologis, yang menjelaskan bahwa otak mengandung reseptor yang mengatur kecemasan, serta teori perilaku, yang menyebutkan bahwa ansietas merupakan bentuk frustrasi akibat ketidakmampuan individu dalam mengatasi situasi tertentu. Kecemasan juga memicu aktivitas sistem saraf simpatik yang menyebabkan vasokonstriksi perifer, sehingga aliran darah seharusnya mengalir pada seluruh ekstermitas menjadi menurun .

Studi menunjukkan bahwa pasien hipertensi cenderung mengalami ansietas yang dapat memperburuk kondisi tekanan darah melalui mekanisme fisiologis, seperti aktivasi sistem saraf simpatik yang meningkatkan pelepasan hormon stres (*adrenalin dan kortisol*). Hasil ini sejalan dengan penelitian (Nurfitri et al., 2021) yang menemukan adanya hubungan signifikan antara tingkat kecemasan dengan peningkatan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Namun, terdapat perbedaan dalam pendekatan intervensi. Dalam teori keperawatan, ansietas dapat dikelola melalui pendekatan psikoterapi dan farmakologi, sementara dalam kasus ini, terapi hipnosis lima jari digunakan sebagai metode intervensi komplementer. Studi menunjukkan bahwa terapi ini efektif dalam menurunkan kecemasan pada pasien hipertensi, karena bekerja dengan mengaktifkan sistem saraf parasimpatis yang membantu menurunkan tekanan darah dan mengurangi stress (Audhia et al., 2021)

C. Intervensi

Setelah melakukan pengkajian dan merumuskan diagnosis keperawatan, langkah selanjutnya adalah menyusun intervensi keperawatan yang akan diterapkan kepada pasien untuk mengatasi masalah keperawatan yang telah diidentifikasi. Untuk mengatasi masalah perfusi perifer tidak efektif menggunakan SLKI: Perfusi Perifer (L.02011). setelah dilakukan

intervensi keperawatan selama 3x8, diharapkan perfusi perifer meningkat dengan kriteria hasil :

- Denyut nadi perifer meningkat
- Kram otot menurun
- Tekanan darah diastolic dan sistolik membaik

Intervensi yang digunakan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia : Pemantauan Tanda Vital (I.02060) meliputi :

- 1) Memonitor tekanan darah, nadi, suhu tubuh, dan pernafasan
- 2) Mendokumentasikan hasil pemantauan
- 3) Menjelaskan tujuan pemantauan hasil
- 4) Menginformasikan hasil pemantauan

Sedangkan untuk diagnosa ansietas, intervensi yang dirancang mencakup tujuan dan kriteria hasil, dengan menggunakan SLKI: Tingkat Ansietas (L.09093). Setelah dilakukan intervensi keperawatan selama 3x8 jam, diharapkan terjadi penurunan tingkat ansietas, dengan kriteria hasil sebagai berikut:

- Perilaku tegang menurun,
- Keluhan pusing menurun,
- Verbalisasi kekhawatiran terhadap kondisi yang dihadapi menurun
- Verbalisasi kebingungan menurun,
- Tekanan darah menurun

Intervensi yang diterapkan mengacu pada Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Terapi Hipnosis (I.09320), yang meliputi:

- 1) Memantau tanda-tanda ansietas menggunakan kuesioner HARS.
- 2) Menggunakan pendekatan yang tenang dan meyakinkan saat berkomunikasi dengan pasien.
- 3) Menerapkan terapi nonfarmakologis dengan teknik Hipnosis Lima Jari.

- 4) Menjelaskan tujuan dan prosedur terapi Hipnosis Lima Jari sebelum pelaksanaan untuk meningkatkan kenyamanan dan pemahaman pasien.

Melalui intervensi ini, diharapkan ansietas pasien dapat berkurang secara signifikan, sehingga kondisi kesehatannya dapat lebih stabil dan terkendali.

D. Implementasi dan Evaluasi

Pada tahap ini, peneliti melaksanakan implementasi intervensi sesuai dengan rencana yang telah disusun sebelumnya. Implementasi merupakan tindakan yang telah dirancang dalam rencana keperawatan, yang mencakup tindakan mandiri serta tindakan kolaboratif. Proses pelaksanaan implementasi difokuskan pada kebutuhan klien, mempertimbangkan berbagai faktor yang dapat memengaruhi asuhan keperawatan, strategi penerapan intervensi, serta komunikasi yang efektif. Implementasi dilakukan selama 3 hari, mulai dari 22 - 24 Januari 2025.

Tindakan yang diberikan kepada Ny. A meliputi:

- Pengkajian kondisi pasien,
- Pengukuran skala kecemasan,
- Pemeriksaan tanda-tanda vital (TTV),
- Menciptakan lingkungan yang nyaman bagi pasien, dan
- Menerapkan teknik hipnosis lima jari untuk membantu mengurangi kecemasan.

Grafik HAR-S

Pre Implementasi			Post Implementasi			
Hari 1	Tekanan Darah		HAR-S 23 (Cemas Sedang)	Tekanan Darah		HAR-S 21 (Cemas Sedang)
	Sistol	Diastol		Sistol	Diastol	
	208	80		198	89	
Hari 2	Tekanan Darah		HAR-S 19 (Cemas Ringan)	Tekanan Darah		HAR-S 15 (Cemas Ringan)
	Sistol	Diastol		Sistol	Diastol	
	180	75		179	75	
Hari 3	Tekanan Darah		HAR-S 16 (Cemas Ringan)	Tekanan Darah		HAR-S 12 (Tidak Cemas)
	Sistol	Diastol		Sistol	Diastol	
	166	74		160	82	