

BAB IV

PEMBAHASAN

Dalam bab IV membahas tentang Asuhan Keperawatan nyeri akut dengan penerapan slow deep breathing pasien hipertensi di ruang Sunan Gunung Jati Rs Sakinah Kota Mojokerto yang dilakukan mulai tanggal 03 Juni 2026. Tahapan proses keperawatan yang dilakukan mulai tanggal 03 Juni 2026 yaitu pengkajian, menetapkan diagnosa keperawatan, menyusun intervensi, implementasi hingga tahanan evaluasi.

4.1 Pengkajian

Berdasarkan data pengkajian diatas partisipan Tn.B, pasien mengatakan kepala terasa nyeri, saat melakukan aktivitas, skala nyeri 6, nyeri dirasa terus-menerus, wajah tampak meringis, tekanan darah tinggi, gangguan pola tidur sering terjaga saat malam hari ketika nyeri timbul.

Gejala hipertensi pada umumnya akan mengalami sakit kepala, rasa berat di tungkak, penglihatan mata berkunang-kunang, detak jantung berdebar-debar atau tidak teratur, epistaksis dan kesadaran menurun. Nyeri akut biasanya timbul secara bertahap atau mendadak yang terjadi dengan intensitas nyeri ringan hingga nyeri berat selama kurang dari tiga bulan. Penatalaksanaan nyeri kepala pada hipertensi harus segera ditangani agar tidak menimbulkan pembuluh darah diotak mengalami pecah sehingga kelemahan atau kelumpuhan anggota gerak dapat dihindari (Valentina, 2023).

Hipertensi terjadi karena tekanan darah meningkat secara abnormal dalam pembuluh darah arteri sehingga nilai sistolik >140 mmHg dan diastolik > 90

mmHg (Sarwono & Suwaryo, 2024). Hipertensi disebut juga sebagai “Silent Killer”, atau pembunuh senyap karena penyakit ini dapat menyebabkan kematian pada penderitanya (Azizah et al., 2022). Penyebab hipertensi karena beberapa faktor seperti jenis kelamin, usia, keturunan/genetik, obesitas, rokok, stress, konsumsi lemak jenuh, garam maupun alkohol. Gejala hipertensi pada umumnya akan mengalami sakit kepala, rasa berat di tungkak, penglihatan mata berkunang-kunang, detak jantung berdebar-debar atau tidak teratur, epitaksis dan kesadaran menurun. Apabila tidak segera ditangani akan mengalami komplikasi yang menyebabkan kondisi pasien menjadi parah. Komplikasi itu dapat berupa stroke, penyakit jantung, dan gangguan ginjal (Sarwono & Suwaryo, 2024).

Setelah melakukan pengkajian, penulis menemukan beberapa data yang menjadi data fokus pada permasalahan yang sedang dialami oleh Tn.B yaitu kurangnya pengetahuan dalam menjaga minum obat tepat waktu dan pola hidup sehat. Pada pasien dengan hipertensi ketepatan minum obat dan diit rendah garam juga lemak hal yang paling diutamakan, dengan menjaga pola makan sehat serta dibantu olah raga teratur maka dapat menurunkan tekanan darah secara bertahap.

4.2 Diagnosa

Berdasarkan data diagnosa Nyeri Akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis dibuktikan dengan pasien mengatakan nyeri, skala nyeri 6, nyeri terus menerus, nyeri saat beraktivitas, pasien tampak meringis(D.0077).

Pengalaman sensorik atau emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau fungsional, dengan onset mendadak atau lambat dan berintensitas ringan hingga yang berlangsung kurang dari 3 bulan.(D.0077). Gejala yang timbul pada penderita hipertensi salah satunya adalah nyeri kepala. Nyeri merupakan suatu keadaan pasien dalam tubuh yang tidak menyenangkan akibat ada rangsangan fisik atau mental baik bersifat subjektif maupun personal. Nyeri akut biasanya timbul secara bertahap atau mendadak yang terjadi dengan intensitas nyeri ringan hingga nyeri berat selama kurang dari tiga bulan (SDKI, 2017). Gejala nyeri akut sesuai SDKI tahun 2017, menunjukkan gejala mayor yang meliputi gejala mayor subyektif (keluhan pasien nyeri) dan gejala mayor obyektif (pasien tampak meringis kesakitan, gelisah dan peningkatan frekuensi nadi). Penatalaksanaan nyeri kepala pada hipertensi harus segera ditangani agar tidak menimbulkan pembuluh darah diotak mengalami pecah sehingga kelemahan atau kelumpuhan anggota gerak dapat dihindari (Valentina, 2023).

Setelah dilakukan pengkajian dan pemeriksaan fisik serta analisa data, diagnosa nyeri akut menjadi masalah berat yang harus segera ditangani.hal ini dibuktikan dengan nyeri kepala terus menerus hingga mengganggu pola tidur sering terjaga, mengganggu aktivitas fisik.

4.3 Intervensi

Berdasarkan pada intervensi diatas Tn.B, manajemen nyeri dengan berikan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi rasa nyeri (slow deep breathing), slow deep breathing yaitu nafas dalam lambat merupakan salah

satu latihan pernafasan yang banyak diterapkan sebagai intervensi dalam bidang keperawatan. Teknik nafas dalam pelan diantaranya meliputi : mengatur posisi klien dengan semi fowler/fowler di tempat tidur atau kursi, meletakkan satu tangan klien di atas abdomen (tepat di bawah iga) dan tangan lainnya pada tengah dada untuk merasakan gerakan dada dan abdomen saat bernafas, menarik nafas dalam melalui hidung selama 3 detik sampai dada dan abdomen terasa terangkat maksimal, jaga mulut tetap tertutup selama inspirasi, tahan nafas selama 2 detik, menghembuskan nafas melalui mulut yang dirapatkan dan sedikit terbuka sambil mengencangkan (kontraksi) otot-otot abdomen dalam 6 detik, melakukan pengulangan selama 1 menit dengan jeda 2 detik setiap pengulangan, mengikuti dengan periode istirahat 2 menit, melakukan latihan dalam lima siklus selama 15 menit (Smeltzer, et al, 2008).

Selama tiga hari intervensi dilakukan, nyeri kepala berkurang, aktivitas dapat dilakukan sedikit demi sedikit, kepala terasa cekot-cekot berkrang, skala nyeri turun hingga 4, tekanan darah tinggi menurun 166/99 mmHg, tidak tampak meringis pada wajah. Pasien dilakukan latihan pernafasan untuk mengurangi nyeri dengan tehnik slow deep breathing yang dilakukan dengan posisi semi fowler dilakukan dengan 1-2 menit yaitu 5x siklus dalam 15 menit dan dapat di ulang kembali.

Intervensi keperawatan merupakan tindakan perencanaan atau proses tahapan dari proses keperawatan yang dilakukan oleh perawat secara spesifik dengan untuk mencapai hasil yang diharapkan (Wijaya, 2016). Dalam

melakukan intervensi keperawatan pedoman yang digunakan penulis adalah buku panduan SIKI (Standar Intervensi Keperawatan Indonesia).

Penulis menyusun intervensi keperawatan pertama dengan tujuan setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3x24 jam diharapkan kapasitas tingkat nyeri menurun dengan kriteria hasil kemampuan menuntaskan nyeri meningkat, nyeri menurun, meringis menurun. Adapun untuk menyelesaikan masalah nyeri akut penulis menyusun intervensi keperawatan dengan mengidentifikasi monitor tekanan darah, penyebab nyeri, melakukan nyeri secara mandiri, terapi non farmakologis dengan slow deep breathing.

4.4 Implementasi

Berdasarkan pada implementasi diatas Tn.B, mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri, mengidentifikasi skala nyeri, mengidentifikasi respons nyeri non verbal, mengidentifikasi faktor yang memperberat dan memperingan nyeri, mengidentifikasi pengetahuan dan keyakinan tentang nyeri, memonitor efek samping penggunaan analgesik, memberikan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi rasa nyeri (slow deep breathing), memberikan fasilitas istirahat tidur, menjelaskan penyebab, periode dan pemicu nyeri, menganjurkan memonitor nyeri secara mandiri, mengajarkan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi rasa nyeri, berkolaborasi pemberian analgetik, Implementasi pada diagnosa keperawatan nyeri akut dengan tujuan menurunkan tingkat nyeri pasien terpenuhi, implementasi yang dilakukan penulis adalah mengobservasi lokasi,

karateristik, intensitas dan skala nyeri, dilakukan dengan pemberian kompres hangat, dengan kolaborasi pemberian analgetik yang tepat sehingga manajemen nyeri pasien terpenuhi. (Bararah & Jauhar, 2013).

Berdasarkan hasil penelitian Fera Siska, (2022) menunjukkan bahwa terapi slow deep breathing efektif dilakukan untuk menurunkan tekanan darah yang tinggi secara signifikan. Penelitian yang sama oleh Faridah dkk, (2022) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa terapi slow deep breathing merupakan suatu bentuk teknik relaksasi non farmakologi yang dapat berpengaruh pada sistem saraf dan perubahan tekanan darah pasien.

Implementasi keperawatan yang dilakukan peneliti adalah menerapkan yang sudah ditulis sebelumnya. Dalam melakukan implementasi keperawatan, penulis melakukan tindakan keperawatan sesuai dengan perencanaan yang telah direncanakan. Implementasi dilakukan selama 3x24 jam yaitu pada tanggal 03 sampai 05 Juni 2026. Dalam melakukan pengelolaan implementasi dilakukan sesuai dengan masing-masing diagnose yang telah ditetapkan. Implementasi slow deep breathing yang dapat dilakukan ulang selama 15 menit dengan 5x siklus selama 3x24 jam, dimulai dari tanggal 03 sampai 05 juni 2024. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa intervensi tersebut memberikan pengaruh signifikan terhadap menurunkan tingkat kapasitas nyeri pasien Tn. B.

4.5 Evaluasi

Pada tahap evaluasi perawat bisa mengetahui adanya perkembangan dari kondisi pasien. Pada proses ini bisa mengetahui perkembangan yang efektif terhadap asuhan keperawatan yang diberikan.

Dalam tahap ini, penulis melakukan evaluasi setiap harinya setelah dilakukan implementasi pada klien Tn.B tahap evaluasi dilakukan tanggal 03 sampai 05 Juni 2026. Pada tahap evaluasi didapatkan :

Pada diagnosa nyeri akut penulis sudah melakukan implementasi keperawatan secara maksimal sejalan dengan intervensi yang telah disusun sebelumnya, tindakan keperawatan yang telah ditetapkan sebelumnya dengan tujuan utamanya adalah agar tingkat kapasitas nyeri menurun. Evaluasi eperawatan yang diperoleh penulis setelah melakukan implementasi selama 3x24 jam yautu masalah nyerki akut sebagian teratasi karena klien mengatakan nyeri pada kepala berkurang, skala nyeri 4 dari sebelumnya 6, nyeri cekot-cekot dan terasa terus menerus berkurang dibuktikan dengan tekanan darah 166/99 mmHg, tidak tampak meringis.

4.6 Analisis Asuhan Keperawatan Nyeri akut dengan Penerapan slow deep breathing pada Pasien hipertensi

Studi kasus ini berfokus pada asuhan keperawatan dengan penerapan intervensi kompres air hangat pada masalah keperawatan nyeri akut dengan diagnosis medis hipertensi. Penulis melakukan intervensi slow deep breathing yang dapat dialkukan ulang selama 15 menit dengan 5x siklus selama 3x24 jam, dimulai dari tanggal 03 sampai 05 juni 2024. Hasil

evaluasi menunjukkan bahwa intervensi tersebut memberikan pengaruh signifikan terhadap menurunkan tingkat kapasitas nyeri pasien Tn. B.

Selama tiga hari intervensi dilakukan, nyeri kepala berkurang, aktivitas dapat dilakukan sedikit demi sedikit, kepala terasa cekot-cekot berkruang, skala nyeri turun hingga 4, tekanan darah tinggi menurun 166/99 mmHg, tidak tampak meringis pada wajah. Pasien dilakukan latihan pernafasan untuk mengurangi nyeri dengan tehnik slow deep breathing yang dilakukan dengan posisi semi fowler dilakukan dengan 1-2 menit yaitu 5x siklus dalam 15 menit dan dapat di ulang kembali.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Fera Siska, (2022) menunjukkan bahwa terapi slow deep breathing efektif dilakukan untuk menurunkan tekanan darah yang tinggi secara signifikan. Penelitian yang sama oleh Faridah dkk, (2022) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa terapi slow deep breathing merupakan suatu bentuk teknik relaksasi non farmakologi yang dapat berpengaruh pada sistem saraf dan perubahan tekanan darah pasien.

Penulis berpendapat bahwa penerapan tehnik slow deep breathing efektif dalam menurunkan tingkat nyeri dan aman tanpa memiliki efek samping yang signifikan. Intervensi ini juga mudah dilakukan, murah, dan dapat diterapkan baik di fasilitas kesehatan maupun di rumah dengan pendampingan keluarga. Oleh karena itu, teknik ini sangat direkomendasikan sebagai bagian dari standar asuhan keperawatan nonfarmakologis dalam manajemen pasien dengan hipertensi.