

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus Asuhan Keperawatan dengan Pemberian kombinasi latihan *Slow Deep Breathing* dengan Jus Mentimun terhadap penurunan Tekanan Darah pada klien Hipertensi di Kecamatan Cipayung, Jakarta Timur. Dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Pengkajian

Pada aspek pengkajian lebih banyak ditemukan kesamaan teori. Didapatkan data dari kedua responden menunjukkan adanya tanda gejala yang sama. Beberapa keluhan Ny. ST juga dirasakan Ny. SL. Tanda gejala yang dirasakan oleh kedua responden pada saat pengkajian ialah sakit kepala, pusing, tengkuk terasa berat dan kaku serta mudah lelah. Ny. ST memiliki klasifikasi hipertensi stadium 1 dengan hasil tekanan darah 150/99 mmHg begitu pula Ny. SL yang memiliki klasifikasi hipertensi stadium 1 dengan hasil tekanan darah 145/96 mmHg, penyebab hipertensi pada Ny. ST adalah Stress dan konsumsi garam berlebih dan gaya hidup yang berpotensi meningkatkan tekanan darah, sedangkan penyebab hipertensi pada Ny. SL adalah gaya hidup yang berpotensi meningkatkan tekanan darah seperti konsumsi garam berlebih, tidak ditemukan faktor penyebab hipertensi pada Ny. ST dan Ny. SL seperti faktor genetik, usia, kolestrol, kafein, alkoholisme dan kebiasaan merokok. Penatalaksanaan farmakologi yang telah dilakukan pada Ny. ST adalah Amlodipin 1x10 gram, dan Ny. SL penatalaksanaan farmakologi yakni Amlodipin 1x10 gram, Candesartan 1x8 gram. Penatalaksanaan non-farmakologi yang sudah dilakukan pada Ny.ST dan Ny.SL adalah *Slow Deep Breathing* dan jus mentimun, sedangkan relaksasi autogenik, relaksasi progresif, relaksasi benson, rebusan daun salam serta rebusan daun seledri tidak dilaksanakan. Pemeriksaan penunjang yang telah dilakukan adalah pemeriksaan tekanan

darah dan pemeriksaan kadar kolesterol, sedangkan pemeriksaan urografi, foto thoraks, arteriografi ginjal, EKG, ofalmoskopi, dan pemeriksaan laboratorium tidak dilaksanakan. Pada Ny.ST dan Ny.SL tidak ditemukan komplikasi hipertensi seperti penyakit jantung koroner, stroke, infark miokard, penyakit ginjal, retinopati, ensefalopati, penyakit pembuluh darah tepi.

2. Diagnosa Keperawatan

Secara teori ada 7 diagnosa keperawatan pada Hipertensi (SDKI, 2017). Sedangkan Diagnosa keperawatan yang muncul dalam kasus pada kedua responden Ny. ST dan Ny. SL yaitu Nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis (Hipertensi) (D.0077), defisit pengetahuan berhubungan dengan kurang terpapar informasi (D.0111). Sedangkan diagnosa yang tidak muncul pada kedua responden antara lain : Perfusi perifer tidak efektif berhubungan dengan peningkatan tekanan darah (D.0009), penurunan curah jantung berhubungan dengan perubahan irama jantung, perubahan frekuensi jantung (D.0008), intoleransi aktivitas berhubungan dengan ketidakseimbangan antara suplai dan kebutuhan oksigen, kelemahan, immobilitas (D.0056), ketidakpatuhan berhubungan dengan lingkungan tidak terapeutik (D.0114) dan resiko perfusi tidak efektif ditandai dengan Hipertensi (D.0017).

3. Intervensi Keperawatan

Intervensi Keperawatan yang diprioritaskan adalah bertujuan untuk menurunkan tekanan darah sehingga diharapkan masalah klien dapat teratasi. Dengan rencana tindakan yang telah dibuat, yaitu memonitor TTV, identifikasi lokasi, karakteristik nyeri, durasi, frekuensi, intensitas nyeri, identifikasi skala nyeri, identifikasi respon non verbal, identifikasi faktor yang memperberat dan memperingan nyeri, berikan terapi non farmakologi terapi relaksasi *Slow Deep Breathing* dan Jus mentimun untuk mengurangi nyeri dan menurunkan tekanan

darah. Hal ini sesuai dengan kasus penelitian, Nathali, Saiful Riza & Iskandar (2023), dengan hasil sebelum diberikan terapi kombinasi *Slow Deep Breathing* dengan Jus Mentimun 156,6/88 mmHg dan setelah diberikan terapi kombinasi *Slow Deep Breathing* dengan Jus Mentimun 123,3/78 mmHg.

4. Implementasi Keperawatan

Implementasi keperawatan yang diberikan kepada kedua responden disesuaikan dengan intervensi keperawatan yang dibuat oleh penulis. Pada proses pelaksanaan yang dilakukan sesuai dengan rencana dibuat, yaitu memonitor TTV, identifikasi lokasi, karakteristik nyeri, durasi, frekuensi, intensitas nyeri, identifikasi skala nyeri, identifikasi respon non verbal, identifikasi faktor yang memperberat dan memperingan nyeri, berikan terapi non farmakologi terapi relaksasi *Slow Deep Breathing* dan Jus mentimun untuk mengurangi nyeri dan menurunkan tekanan darah.

Dalam pelaksanaan tindakan komplementer *Slow Deep Breathing* dilakukan sehari 3 kali selama 15 menit. Sedangkan membuat olahan jus mentimun membutuhkan mentimun berukuran sedang ≥ 100 gram, tambahkan 150 ml air matang, dapat dikonsumsi 2 kali sehari.

5. Evaluasi Keperawatan

Hasil evaluasi yang didapatkan pada hari terakhir masalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis (Hipertensi) sudah teratasi. Yang ditandai dengan Ny. ST mengatakan nyeri pada kepala dan tengkuk sudah merasakan tidak nyeri, pada Ny. SL mengatakan pada bagian tengkuk sudah tidak terasa nyeri. Hasil rata-rata Tekanan Darah sebelum diberikan Terapi kombinasi *Slow Deep Breathing* dengan Jus Mentimun pada Ny.ST yaitu 150/99 mmHg dan setelah diberikan Terapi kombinasi *Slow Deep Breathing* dengan Jus Mentimun yaitu 121/83 mmHg, sedangkan pada Ny.SL sebelum diberikan Terapi kombinasi *Slow Deep Breathing* dengan Jus Mentimun yaitu

145/96 mmHg dan setelah diberikan Terapi kombinasi *Slow Deep Breathing* dengan Jus Mentimun yaitu 123/78 mmHg. Hasil penurunan tekanan darah setelah intervensi untuk tekanan darah sistol pada Ny.ST 29 mmHg untuk tekanan darah diastol 16 mmHg, sedangkan pada Ny.SL hasil penurunan tekanan darah setelah intervensi untuk tekanan darah sistol 22 mmHg untuk penurunan tekanan darah diastol 18 mmHg.

6. Pemberian terapi relaksasi dengan teknik *Slow Deep Breathing* dan Jus Mentimun pada Ny. ST dan Ny. SL yaitu adanya pengaruh dalam Pemberian kombinasi Latihan *Slow Deep Breathing* dengan Jus Mentimun terhadap penurunan Tekanan Darah pada kedua responden. *Slow Deep Breathing* dapat meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis dan menurunkan saraf simpatis yang dapat menurunkan tekanan darah. Kandungan Mentimun dapat memvasodilatasi pembuluh darah perifer, akibatnya terjadi penurunan resistensi perifer, serta dapat sebagai detoksifikasi karena kandungan air sangat tinggi. Sehingga *Slow Deep Breathing* dengan Jus mentimun dapat menjadi tindakan alternatif pengobatan untuk menurunkan tekanan darah pada pasien Hipertensi.

B. Saran

1. Bagi Masyarakat

Diharapkan untuk melakukan *Slow Deep Breathing* dan jus mentimun sebagai pengobatan alternatif dalam menurunkan hipertensi, mempertahankan gaya hidup yang menunjang terhadap terkontrolnya tekanan darah, serta dianjurkan tetap melakukan kontrol rutin di pelayanan kesehatan sesuai dengan instruksi petugas kesehatan.

2. Bagi Pengembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi Keperawatan

Diharapkan untuk kedepannya hasil studi kasus ini dapat ditindak lanjuti

untuk diteliti agar dapat menambah wawasan ilmu teknologi keperawatan dalam menangani pasien dengan Hipertensi dapat menggunakan terapi relaksasi *Slow Deep Breathing* dan pengobatan Herbalogi yaitu Jus Mentimun., Hasil penelitian ini bisa diterapkan dalam pemberian asuhan keperawatan pada level individu, keluarga, ataupun di rumah sakit dan fasilitas kesehatan lainnya.

3. Bagi Penulis

Diharapkan untuk kedepannya peneliti dapat meningkatkan penelitian terkait dengan tindakan komplementer lainnya yang bisa digunakan untuk mengatasi masalah hipertensi.