

ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY. N DENGAN HIPERTENSI MELALUI KOMBINASI TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM DAN DZIKIR ASMAUL HUSNA UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PASIEN DI RUANGAN MAWAR RSUD ARIFIN ACHMAD**Rika BR Sihombing^{1*}, M. Nurman², Nila Kusumawati³**Program Studi Profesi Ners Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau^{1,2,3}

*Corresponding Author : rikaborusihombing13@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi adalah suatu kondisi dimana pembuluh darah terus-menerus meningkatkan tekanan. Penatalaksanaan pasien yang memiliki hipertensi yaitu dengan menurunkan tekanan darahnya sehingga mendekati normal. Salah satu penatalaksanaan non farmakologis yang dapat dilakukan untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi yaitu dengan pemberian terapi teknik relaksasi napas dalam kombinasi dzikir *Asmaul Husna*. Tujuan karya ilmiah akhir adalah untuk menganalisis intervensi teknik relaksasi napas dalam kombinasi dzikir *Asmaul Husna* untuk mengurangi tekanan darah pada pasien hipertensi di ruang Mawar RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. Metode penulisan KIA-N ini adalah studi kasus dengan *quasy eksperiment* intervensi terapi teknik relaksasi napas dalam kombinasi dzikir *Asmaul Husna* yang dilakukan pada pasien hipertensi yang mengalami peningkatan tekanan darah. Terapi ini dikombinasikan secara berulang dalam 3 siklus selama 20-25 menit. Hasil dari implementasi selama 3 hari pemberian terapi teknik relaksasi napas dalam kombinasi dzikir *Asmaul Husna* dapat menurunkan intensitas tekanan darah pada pasien hipertensi dengan penurunan tekanan darah hingga 13 mmHg. Kesimpulan terdapat perubahan tekanan darah yang signifikan pada pasien hipertensi setelah diberikan terapi teknik relaksasi napas dalam kombinasi dzikir *Asmaul Husna*. Studi kasus ini hanya dilakukan pada pasien post hipertensi dengan masalah peningkatan tekanan darah, diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan studi kasus yang mendalam dan menerapkan metode lain yang lebih efektif untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Kata kunci : dzikir *asmaul husna*, hipertensi, teknik relaksasi nafas dalam**ABSTRACT**

Hypertension is a condition where blood vessels constantly increase pressure. Management of patients who have hypertension is by lowering their blood pressure so that it approaches normal. One of the non-pharmacological treatments that can be done to reduce blood pressure in hypertensive patients is by providing breathing relaxation technique therapy in combination with the dhikr of Asmaul Husna. The aim of the final scientific work is to analyze the intervention of breathing relaxation techniques in combination with Asmaul Husna dhikr to reduce blood pressure in hypertensive patients in the Mawar room of Arifin Achmad Hospital, Riau Province. The method for writing the KIA-N is a case study with a quasi-experimental therapeutic intervention with breathing relaxation techniques in combination with Asmaul Husna dhikr carried out on hypertensive patients who experience increased blood pressure. This therapy is combined repeatedly in 3 cycles for 20-25 minutes. The results of the 3 day implementation of breathing relaxation technique therapy in combination with the dhikr of Asmaul Husna can reduce the intensity of blood pressure in hypertensive patients with a decrease in blood pressure of up to 13 mmHg. The conclusion is that there are significant changes in blood pressure in hypertensive patients after being given breathing relaxation technique therapy in combination with Asmaul Husna dhikr. This case study was only carried out on post-hypertensive patients with problems of increasing blood pressure. It is hoped that future researchers can carry out in-depth case studies and apply other, more effective methods to reduce blood pressure in hypertensive patients.

Keywords : *asmaul husna dhikr, hypertension, relaxation techniques deep breath*

PENDAHULUAN

Tekanan darah tinggi atau biasa disebut dengan penyakit hipertensi merupakan penyakit yang sampai saat ini menjadi masalah yang cukup serius dalam pelayanan kesehatan di dunia, baik dinegara maju ataupun dinegara berkembang, termasuk di Indonesia. Hipertensi merupakan suatu masalah yang serius dan harus diwaspadai. Hipertensi adalah masalah yang menyebabkan terjadinya penyakit kardiovaskular. Peningkatan tekanan darah secara terus-menerus merupakan pengertian dari hipertensi (Tandialo et al, 2022). Hipertensi merupakan suatu masalah kesehatan yang harus diwaspadai sehingga sampai saat ini penderita hipertensi tidak menyadari bahwa dia sedang menderita hipertensi (Andari et al, 2020).

Menurut WHO (Wold Health Organization), ada sekitar 1,13 miliar orang di dunia tahun 2015 yang menderita hipertensi, hal ini bearti 1 dari 3 orang di dunia mengalami hipertensi (Andri et al, 2020). Pada tahun 2022 hasil dari Risesdas (Riset Kesehatan Dasar) menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada usia > 18 tahun mencapai 34,11 % . menurut Susanto (2021), penderita hipertensi mencapai 6-15 %, hal ini penderita bisa ditemukan gejala apapun atau gejala ringan. Untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi, ada beberapa penatalaksanaan yang bisa dilakukan yaitu dengan cara terapi farmakologis dan non farmakologis. Terapi farmakologis yaitu dengan cara pemberian obat-obatan. Sedangkan non farmakologis adalah dengan teknik relaksasi nafas dalam dan dzikir (Hartiningih, 2022).

Teknik relaksasi merupakan suatu teknik yang membuat perasaan bebas dari stressor ataupun yang apapun yang mengganggu ketenangan pikiran sehingga seseorang memiliki rasa kontrol terhadap dirinya baik secara fisik dan mental (Ramadani, 2022). Teknik relaksasi mempunyai beberapa jenis yaitu diantaranya relaksasi nafas dalam, relaksasi autosugesti, relaksasi muscular dan relaksasi dzikir (Idris & Setiawan, 2022). Relaksasi nafas dalam yang dilakukan dalam waktu 7 menit dengan kondisi benar-benar rileks dan tenang dapat menyebabkan sekresi CRH (*Corticotropin Releasing Hormone*) dan ACTH (*Adreno Cortico Tropic Hormone*) di hipotalamus akan menurun sehingga mengakibatkan aktifitas kerja saraf simpatis menurun, maka pengeluaran adrenalin dan nonadrenalin berkurang, sehingga akan mengakibatkan terjadinya penurunan denyut jantung, vasodilatasi pembuluh darah, pompa jantung menurun, tahanan pada pembuluh darah menurun, dan tekanan darah menurun (Sriyanti & Fajriyah, 2022).

Terapi nonfarmakologis lainnya yaitu terapi dzikir. Dzikir merupakan suatu bentuk dari spiritual dan religius. Dzikir adalah salah satu cara untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT yang bisa membantu seseorang untuk membentk persepsi dan keyakinan untk menghadapi suatu masalah atau stressor (Nugroho, 2023). Terapi dzikir akan menimbulkan efek relaksasi sehingga akan menurunkan tekanan darah. Hal ini disebabkan karena aktifnya sistem kerja saraf parasimpatik dan menekan sistem kerja saraf simpatis, kemudian memberikan efek ada pembuluh darah dan akhirnya akan terjadi penurunan tekanan darah (Musaddas & Utama, 2021).

Asmaul Husna merupakan suatu bentuk terapi dzikir Al-Quran yang dalam prosesnya akan membuat ketenangan dan akan memiliki efek terhadap proses penyembuhan (Lestanti & Rejeki, 2023). Secara fisiologisnya, ketika mendengarkan Asmaul Husna maka otak akan bekerja dan memproduksi zat kimia yang akan memberikan rasa nyaman yang disebut dengan neuropeptide. Setelah memproduksi zat tersebut, maka zat ini akan diserap oleh tubuh dan kemudian akan memberikan umpan balik berupa kenyamanan dan kenikmatan (Aprianti, 2022).

Terapi relaksasi nafas dalam dan dzikir akan merangsang sistem limik dalam impuls listrik sehingga akan menyebabkan sistem saraf pusat dan kelenjar hipofise mengalami peningkatan hormone endorpine dan menurunkan sekresi hormone adrenaline. Sehingga hal ini akan menyebabkan mudahnya mengatur nafas dan berkonsentrasi, maka oksigen dalam

darah meningkat dan menimbulkan rasa nyaman, tenang dan bahagia. Perasaan tenang, nyaman, dan bahagia ini akan menyebabkan vasodilatator pembuluh darah sehingga oksida nitrit dan elastisitas pembuluh darah meningkat dan membuat volume darah menurun dan terjadilah penurunan tekanan darah (Sari & Fadila, 2022).

Data rekam medis yang mengalami hipertensi diruang rawat inap mawar Rumah sakit Arifin Achmad Pekanbaru mengalami fluktuasi selama tahun 2018 sampai dengan 2023. Pada tahun 2018 sampai dengan tahun 2019 mengalami peningkatan dari 746 pasien menjadi 1275. Pada tahun 2019 sampai 2020 mengalami penurunan yaitu dari 1275 pasien menjadi 990 pasien. Dalam 5 bulan terakhir dari bulan maret sampai dengan bulan Juli 2023, pasien hipertensi di Rumah Sakit Arifin Achmad Pekanbaru berjumlah 649 pasien.

Studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti pada tanggal 03-04 Juli 2023 diruang rawat inap Mawar di Rumah Sakit Arifin Achmad Pekanbaru. Studi ini dilakukan melalui wawancara pada 10 orang responden yang menderita hipertensi primer. Didapatkan data 6 (60%) responden tidak mengetahui apa itu teknik relaksasi nafas dalam bisa menurunkan tekanan darah. Kemudian 4 responden (40 %), belum mengetahui tentang dzikir Asmaul Husna bisa menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Dari 10 orang responden tersebut berarti belum mengetahui teknik relaksasi nafas dalam kombinasi dzikir Asmaul Husna bisa menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Dari 10 orang responden, 7 (70 %) diantaranya mengeluh sakit kepala dan mual apabila meminum obat antihipertensi.

Tujuan karya ilmiah akhir adalah untuk menganalisis intervensi teknik relaksasi napas dalam kombinasi dzikir *Asmaul Husna* untuk mengurangi tekanan darah pada pasien hipertensi di ruang Mawar RSUD ArifinAchmad Provinsi Riau.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif dalam bentuk studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan pada 1 orang responden. Asuhan Keperawatan ini dimulai pada tanggal 15-17 Juni 2023 dari tahap pengkajian, menganalisa data, menegakkan diagnosa, mengintervensi asuhan keperawatan, mengimplementasikan dan mengevaluasi. Pengumpulan data dilakukan menggunakan lembar observasi dan wawancara langsung dengan klien serta catatan rekam medis klien.

HASIL

Asuhan keperawatan ini dilakukan pada tanggal 15-17 Juni 2023.

Pengkajian Keperawatan

Ny. N (No. RM 01124507) dengan usia 58 tahun 6 bulan dirawat di ruang Mawar RSUD Arifin Achmad Pekanbaru, dengan diagnosis medis hipertensi. Pada tanggal 12 Juni 2023 pukul 18.20 WIB, pasien masuk via Instalasi Gawat Darurat, pasien masuk dengan keadaan tidak sadarkan diri. Berdasarkan informasi yang diperoleh dari keluarga pasien sering mengeluh pusing semenjak 4 hari yang lalu, kebas pada tangan sebelah kanan, dan nyeri tengkuk selama 4 hari yang lalu yang memberat pada 2 hari belakangan. Keluarga mengatakan Ny. N mempunyai riwayat penyakit hipertensi sejak 2 tahun yang lalu tetapi tidak terkontrol. Ny. N mengatakan kalau serangan sakit kepala dan pusing datang, Ny.N langsung minum obat yang dibeli di warung dan menempelkan koyo di bagian kepalanya. Ny. N mengatakan keluarganya ada yang mempunyai penyakit yang sama. Pemeriksaan fisik tekanan darah ; 186/101 mmHg, nadi : 110 x/menit, pernafasan: 23x/menit, suhu : 36.6 ° C, SPO2 : 98% dan gula darah sewaktu (GDS) : 135mg/dl.

Pada saat dilakukan pengkajian tanggal 15 Juni 2023, klien dalam kondisi tirah baring dengan keadaan umum sedang, kesadaran *Composmentis* dengan *Glascow Coma Scale (GCS)* 15, akral teraba hangat, skala nyeri VAS (*Visual Analog Scale*) 4-5. Saat ini Ny. N mengatakan badan terasa lemas, pusing, nyeri kepala sampai ke tengkuk masih terasa, walaupun kebas sudah berkurang. Terpasang infus cairan *Ringer Lactate (RL)* 20 TPM (tetes per menit) pada tangan sebelah kiri.

Ekstremitas mengalami perubahan warna kulit menjadi lebih pucat, suhu dingin, pengisian kapiler lambat. Respon motorik mengalami penurunan kekuatan genggam tangan, nafas terasa sesak apabila banyak melakukan aktivitas, seperti bolak balik ke kamar mandi. Oleh dokter Ny. N untuk sementara waktu disarankan tirah baring di tempat tidur. Untuk pola aktivitas klien dengan kemampuan perawatan diri seperti makan/minum, mandi, toileting, berpakaian, mobilitas di tempat tidur, ambulasi/ *Range Of Motion (ROM)* dilakukan secara mandiri, sedangkan untuk berpindahklien dibantu oleh orang lain.

Diagnosa Keperawatan

Berdasarkan pengkajian keperawatan dan dilakukannya analisa data pada kasus Ny. N, diagnosa keperawatan yang dapat diangkat ada 3 yaitu: penurunan curah jantung berhubungan dengan peningkatan tekanan darah, kebas pada ekstremitas, kelelahan, sesak nafas, tekanan nadi meningkat dan kulit tampak pucat. Perubahan kenyamanan (nyeri kepala akut) berhubungan dengan peningkatan tekanan vaskuler otak. Intoleransi aktivitas berhubungan dengan kelemahan umum.

Berdasarkan hal tersebut di atas, di dapat prioritas masalah keperawatan yaitu penurunan curah jantung berhubungan dengan peningkatan tekanan darah, kebas pada ekstremitas, kelelahan, sesak nafas, tekanan nadi meningkat dan kulit tampak pucat.

Intervensi keperawatan

Pada kasus pada Ny. N dengan penurunan curah jantung berhubungan dengan peningkatan tekanan darah, kebas pada ekstremitas, kelelahan, sesak nafas, tekanan nadi meningkat dan kulit tampak pucat, penulis menerapkan intervensi teknik relaksasi napas dalam kombinasi dzikir *Asmaul Husna* untuk mengurangi tekanan darah tinggi. Hal ini mengacu pada beberapa penelitian, salah satunya yang telah dilakukan oleh Dimas Utomo Hanggoro Putro (2018) dengan judul Relaksasi nafas dalam dan dzikir *Asmaul Husna* dalam menurunkan tekanan darah pasien hipertensi di Rumah Sakit Islam Jakarta Cempaka Putih. Berdasarkan penelitian tersebut bahwa ada pengaruh teknik relaksasi napas dalam dan dzikir *Asmaul Husna* dan efektif untuk menurunkan tekanan darah tinggi.

Teknik relaksasi napas dalam merupakan tindakan asuhan keperawatan yang mana dalam hal ini perawat mengajarkan kepada pasien bagaimana cara melakukan teknik napas dalam, yaitu dengan napas lambat (menahan inspirasi secara maksimal) dan cara mengembuskan napas dengan perlahan (Asman & Maifita, 2019). Teknik relaksasi kemudian dikombinasikan dengan dzikir *Asmaul Husna* melalui perangkat audio.

Implementasi Keperawatan

Hari Pertama

Tindakan yang dilakukan pada Ny.N dengan penurunan curah jantung pertama dilakukan pada hari Kamis, tanggal 15 Juni 2023. Pasien sudah berada di ruangan Mawar dengan kondisi pasien masih lemah, sudah terpasang infus RL 20 tpm, dan perawat mengatur tidur dengan posisi head up 30°. Pukul 15.00 WIB, penulis melakukan observasi tanda-tanda vital (TTV), tekanan darah Ny.N yaitu 181/97 mmHg, Nadi : 91 x/menit, suhu : 36,7 °C, RR : 22 x/menit, dan pengukuran skala nyeri. Untuk membantu menilai skala nyeri, penulis menggunakan instrument *Visual Analog Scale (VAS)*. Berdasarkan pengkajian tersebut

didapat skala nyeri pasien 4-5 (nyerisedang). Kemudian penulis memberikan teknik relaksasi napas dalam kombinasi dzikir Asmaul Husna untuk mengurangi tekanan darah tinggi. Penulis terlebih dahulu membimbing pasien untuk melakukan teknik relaksasi napas dalam yaitu memosisikan pasien dengan nyaman dan rileks terlebih dahulu, setelah itu pasien diminta untuk menarik napas dalam melalui hidung dengan hitungan 1,2,3 kemudian tahan 5-10 detik. Setelah itu hembuskan napas melalui mulut secara perlahan-lahan. Kemudian penulis mulai mengkombinasikan dengan dzikir Asmaul Husna. Penulis meminta pasien untuk melakukan langkah tersebut secara berulang dalam 3 siklus selama 10 menit dengan periode istirahat 2 menit. Penulis kemudian memeriksa TTV Ny.N, didapatkan tekanan darah Ny.N masih tinggi yaitu 171/90 mmHg, Nadi : 89 x/menit, suhu : 36,7 °C, RR : 22 x/menit. Pasien masih terlihat gelisah karna nyeri kepala yang dirasakan masih terasa hilang timbul. Pasien masih tampak lemas, pucat, kelelahan jika banyak melakukan aktivitas. Sehingga setelah pemberian terapi tekanan darah masih tinggi dan skala nyeri pasien tetap berada di angka 4. Oleh sebab itu, Pada pukul 16.00 WIB klien diberi terapi obat injeksi ondansentron 8 mg untuk mengatasi mual muntah, injeksi dexketopropen 30 mg dan Captopril tablet 25 mg.

Hari Kedua

Pada hari kedua, 16 Juni 2023 pukul 09.30 WIB, penulis kembali menemui Ny. N dan melakukan observasi TTV. Tekanan darah Ny.N masih tinggi yaitu 161/90 mmHg, Nadi : 90 x/menit, suhu : 36,5 °C, RR : 22 x/menit Pasien mengatakan masih merasakan lemas, kebas sudah berkurang dan nyeri kepala dengan skala nyeri 3. Penulis juga mengobservasi reaksi non verbal, klien sesekali terlihat meringis jika nyeri tersebut muncul. Setelah itu penulis memberikan posisi yang nyaman dan kembali memberikan teknik relaksasi napas dalam kombinasi dzikir Asmaul Husna seperti di hari pertama secara berulang dengan 3 siklus selama 10 menit. Setelah diberikan terapi, penulis kembali memeriksa TTV Ny. N, tekanan darah Ny.N sudah mulai turun yaitu 157/84 mmHg, Nadi : 85 x/menit, suhu : 36,7 °C, RR : 22 x/menit pasien juga mengatakan nyeri sudah mulai berkurang, pasien tampak lebih tenang dari sebelumnya dan skala nyeri pasien turun menjadi 2. Pada pukul 11.30 WIB pasien juga diberikan terapi injeksi ondansentron 8 mg untuk mengatasi mual muntah, injeksi dexketopropen 30 mg dan Captopril tablet 25 mg.

Hari Ketiga

Pada hari ketiga, 17 Juni 2023 pukul 10.30 WIB, penulis kembali menemui Ny. N dan melakukan observasi TTV, tekanan darah yaitu 151/86 mmHg, Nadi : 86 x/menit, suhu : 36,6 °C, RR : 20 x/menit, skala nyeri 2. Pasien tampak lebih rileks daripada hari sebelumnya, kulit tampak normal dan pasien mengatakan nyeri sudah berkurang dan kebas sudah tidak ada. Setelah diberikan terapi selama 10 menit, penulis kembali memeriksa TTV pasien yaitu tekanan darah : 138/84 mmHg, Nadi : 86 x/menit, suhu : 36,6 °C, RR : 20 x/menit Pada hari ketiga ini pasien sudah diizinkan untuk pulang, kemudian penulis mengajarkan pasien untuk melakukan teknik relaksasi napas dalam dengan prosedur yang sama di hari pertama secara mandiri jika nyeri kembali muncul saat pasien berada di rumah. Pasien mampu melakukan teknik relaksasi secara mandiri dengan skala nyeri 1.

Evaluasi Keperawatan

Hari Pertama

Hasil evaluasi pada tanggal 17 Januari 2022 pukul 15.50 WIB didapatkan data subjektif yaitu pasien mengatakan nyeri pada daerah kepala sampai ke tengkuk, klien mengatakan nyeri hilang timbul dan nyeri seperti ditusuk-tusuk, nyeri semakin memberat saat duduk dan beraktivitas, kebas masih terasa dan kelelahan saat beraktivitas. Data objektif yang didapatkan yaitu tekanan darah Ny.N masih tinggi yaitu 171/90 mmHg, Nadi : 89 x/menit, suhu : 36,7

°C, RR : 22 x/menit. Pasien masih terlihat gelisah karna nyeri kepala yang dirasakan masih terasa hilang timbul, kulit masih tampak pucat, klien tampak sesak jika banyak beraktivitas dan nadi sudah mulai stabil. Sehingga setelah pemberian terapi tekanan darah masih tinggi dan skala nyeri pasien tetap berada di angka 4. Analisa dari masalah penurunan curah jantung yaitu peningkatan tekanan darah belum teratasi, sehingga *planning* selanjutnya yang akan dilakukan terhadap pasien yaitu melanjutkan intervensi yang antara lain kaji ulang tekanan darah dan skala nyeri, beri terapi teknik relaksasi napas dalam kombinasi dzikir Asmaul Husna, observasi reaksi non verbal dan monitor TTV.

Hari Kedua

Hasil evaluasi pada tanggal 16 Juni 2023 pukul 11.20 WIB didapatkan data subjektif yaitu pasien mengatakan nyeri kepala sudah mulai berkurang, kelelahan sudah mulai berkurang. Data objektif yang didapat yaitu berdasarkan hasil pemeriksaan TTV tekanan darah Ny.N sudah mulai turun yaitu 157/84 mmHg, Nadi : 85 x/menit, suhu : 36,7 °C, RR : 22 x/menit pasien juga mengatakan nyeri sudah mulai berkurang, pasien tampak lebih tenang dari sebelumnya dan skala nyeri pasien turun menjadi 2. Analisa dari masalah penurunan curah jantung yaitu peningkatan tekanan darah teratasi sebagian, sehingga *planning* selanjutnya yang akan dilakukan terhadap pasien yaitu melanjutkan intervensi yang antara lain kaji ulang tekanan darah dan skala nyeri, beri terapi teknik relaksasi napas dalam kombinasi dzikir Asmaul Husna, observasi reaksi non verbal dan monitor TTV.

Hari Ketiga

Hasil evaluasi pada tanggal 17 Juni 2023 pukul 10.45 WIB didapatkan data subjektif yaitu pasien mengatakan nyeri sudah berkurang, pasien mengatakan nyeri pada bagian kepala dan tengkuk sudah tidak terlalu terasa, kebas sudah tidak ada, pasien tampak lebih segar dan jika nyeri muncul pasien akan melakukan teknik relaksasi napas dalam kombinasi dzikir Asmaul Husna. Data objektif yang didapat yaitu berdasarkan hasil pemeriksaan TTV, tekanan darah yaitu 151/86 mmHg, Nadi : 86 x/menit, suhu : 36,6 °C, RR : 20 x/menit, penulis mengkaji ulang skala nyeri menggunakan VAS, didapat hasil skala nyeri 2. Pasien tampak lebih rileks pada hari sebelumnya. Setelah diberikan terapi selama 10 menit, penulis kembali memeriksa TTV pasien yaitu tekanan darah : 138/84 mmHg, Nadi : 86 x/menit, suhu : 36,6 °C, RR : 20 x/menit, Di hari yang sama pasien sudah diizinkan untuk pulang. Analisa dari masalah penurunan curah jantung yaitu nyeri teratasi sebagian, sehingga *planning* selanjutnya yang akan dilakukan terhadap pasien yaitu pertahankan terapi teknik relaksasi napas dalam kombinasi dzikir Asmaul Husna secara mandiri.

PEMBAHASAN

Analisis dan diskusi hasil tentang teori dengan realita di lapangan dalam memberikan asuhan keperawatan pada Ny. N dengan penurunan curah jantung berhubungan dengan peningkatan tekanan darah, kebas pada ekstremitas, kelelahan, sesak nafas, tekanan nadi meningkat dan kulit tampak pucat dengan pemberian terapi teknik relaksasi napas dalam kombinasi dzikir *Asmaul Husna* untuk menurunkan tekanan darah. diantaranya :

Pengkajian Keperawatan

Pada saat dilakukan pengkajian tanggal 15 Juni 2023, klien dalam kondisi tirah baring dengan keadaan umum sedang, kesadaran *Composmentis* dengan *Glascow Coma Scale (GCS)* 15, akral teraba hangat, skala nyeri VAS (*Visual Analog Scale*) 4-5. Saat ini Ny. N mengatakan badan terasa lemas, pusing, nyeri kepala sampai ke tengkuk masih terasa, walaupun kebas sudah berkurang. Terpasang infus cairan *Ringer Lactate (RL)* 20 TPM (tetes

per menit) pada tangan sebelah kiri. Ekstremitas mengalami perubahan warna kulit menjadi lebih pucat, suhu dingin, pengisian kapiler lambat. Respon motorik mengalami penurunan kekuatan genggaman tangan, nafas terasa sesak apabila banyak melakukan aktivitas, seperti bolak balik ke kamar mandi. Oleh dokter Ny. N untuk sementara waktu disarankan tirah baring di tempat tidur. Untuk pola aktivitas klien dengan kemampuan perawatan diri seperti makan/minum, mandi, toileting, berpakaian, mobilitas di tempat tidur, ambulasi/*Range Of Motion* (ROM) dilakukan secara mandiri, sedangkan untuk berpindah klien dibantu oleh orang lain. Dalam melakukan pengkajian keperawatan, data yang didapat oleh penulis dari pasien sendiri dan catatan medis pasien.

Diagnosa Keperawatan

Diagnosa keperawatan merupakan suatu proses keperawatan yang meliputi bagian dari penilaian klinis tentang masalah kesehatan aktual dan proses kehidupan. Berdasarkan pengkajian keperawatan dan dilakukannya analisa data pada kasus Ny. N , diagnosa keperawatan yang dapat diangkat ada 3 yaitu: Penurunan curah jantung berhubungan dengan peningkatan tekanan darah, kebas pada ekstremitas, kelelahan, sesak nafas, tekanan nadi meningkat dan kulit tampak pucat. Perubahan kenyamanan (nyeri kepala akut) berhubungan dengan peningkatan tekanan vaskuler otak. Intoleransi aktivitas berhubungan dengan kelemahan umum.

Berdasarkan hal tersebut di atas, di dapat prioritas masalah keperawatan yaitu penurunan curah jantung berhubungan dengan peningkatan tekanan darah, kebas pada ekstremitas, kelelahan, sesak nafas, tekanan nadi meningkat dan kulit tampak pucat.

Intervensi Keperawatan

Penerapan intervensi teknik relaksasi napas dalam kombinasi dzikir *Asmaul Husna* mengacu pada beberapa penelitian, salah satunya yang telah dilakukan oleh Dimas Utomo Hanggoro Putro (2018) dengan judul Relaksasi nafas dalam dan dzikir *Asmaul Husna* dalam menurunkan tekanan darah pasien hipertensi di Rumah Sakit Islam Jakarta Cempaka Putih. Penurunan tekanan darah dapat terjadi karena pasien yang mengalami nyeri dapat teralihkan oleh pemberian terapi relaksasi nafas dalam dan dikombinasikan dengan dzikir *Asmaul Husna*, sehingga suplai oksigen dalam darah meningkat dan otak terelaksasi.. Sehingga tubuh dan pikiran dapat terelaksasi dan tekanan pada pembuluh darah menurun.

Implementasi Keperawatan

Implementasi keperawatan merupakan suatu perwujudan dari rencana keperawatan yang telah disusun pada tahap intervensi keperawatan. Implementasi dilakukan selama 3 hari berturut-turut dengan tujuan agar tekanan darah menurun.

Implementasi dilakukan pertama kali pada hari Kamis, 15 Juni 2023. Saat itu, kondisi pasien kondisi pasien masih lemah, sudah terpasang infus RL 20 tpm, dan perawat mengatur tidur dengan posisi head up 30°. Tindakan yang peneliti lakukan yaitu memonitor TTV, mengkaji serta mengidentifikasi nyeri secara kompresif, mengobservasi reaksi non verbal, memberikan posisi yang nyaman pada pasien, mengajarkan teknik relaksasi napas dalam kombinasi dzikir *Asmaul Husna* dan berkolaborasi pemberian analgetik dan obat hipertensi (ondansetron 8 mg untuk mengatasi mual muntah, injeksi dexketopropen 30 mg dan Captopril tablet 25 mg). Dalam mengkaji nyeri pasien, peneliti menggunakan alat ukur nyeri instrument *Visual Analog Scale* (VAS).

Evaluasi Keperawatan

Hasil evaluasi yang diharapkan dari pasien hipertensi yaitu tekanan darah berada dalam rentang normal. Pasien dapat menunjukkan reaksi verbal yang tenang serta dapat mengontrol

nyeri setelah pemberian teknik relaksasi nafas dalam kombinasi dzikir *Asmaul Husna*. Pada hari ke 1, Ny. N masih tampak lemah, tekanan darah masih tinggi, kebas masih terasa, pucat serta terlihat meringis menahan nyeri, skala nyeri 4-5. Pada hari ke-2, Ny. N tampak lebih tenang dan tampak sesekali meringis. Ny.N mengatakan masih merasa nyeri kepala sampai tengkuk tetapi tidak seperti hari sebelumnya, tekanan darah masih tinggi, setelah pemberian terapi skala nyeri turun menjadi 2 dan tekanan darah juga menurun. Pada hari ke-3, klien sudah tampak rileks, klien mengatakan nyeri sudah berkurang dan hanya muncul sesekali, klien sudah mampu mengontrol nyeri, skala nyeri 1 dan tekanan darah sudah mulai bagus.

Perubahan tekanan darah yang terjadi pada pasien sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Utomo (2018) yang menyatakan bahwa adanya pengaruh teknik relaksasi napas dalam kombinasi dzikir *Asmaul Husna* terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Tekanan darah mengalami penurunan karena disebabkan oleh pemberian teknik relaksasi nafas dalam kombinasi dzikir *Asmaul Husna*. Pemberian terapi ini dapat mengalihkan rasa nyeri yang dirasakan pasien hipertensi. Hal ini terjadi karena suplai oksigen dalam darah meningkat dan otak terelaksasi. Saat otak terelaksasi, tubuh akan merangsang pengeluaran hormon endorphin, sehingga impuls nyeri ke otak terhambat dan rasa nyeri akan berkurang. Sehingga tubuh dan pikiran dapat terelaksasi dan tekanan pada pembuluh darah menurun.

Berdasarkan hasil evaluasi pada kasus implementasi yang dilakukan terlihat secara signifikan penurunan tekanan darah Ny. N dari hari pertama sampai hari ketiga diberikan terapi relaksasi nafas dalam kombinasi dzikir *Asmaul Husna*. Pada evaluasi hari ketiga terlihat perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah terapi yaitu sekitar 13 mmHg.

KESIMPULAN

Hasil analisa didapatkan Ny. N dengan diagnosa medis Hipertensi. Masalah keperawatan yang ditemukan pada pasien kelolaan yaitu risiko tinggi terhadap penurunan curah jantung berhubungan dengan peningkatan tekanan darah, kebas pada ekstremitas, kelelahan, sesak nafas, tekanan nadi meningkat dan kulit tampak pucat Perubahan kenyamanan (nyeri kepala akut) berhubungan dengan peningkatan tekanan vascular otak, Intoleransi aktivitas berhubungan dengan kelemahan umum, ketidakseimbangan antara suplai dan kebutuhan oksigen. Intervensi inovasi yang diberikan berupa pemberian relaksasi nafas dalam kombinasi terapi dzikir asmaul husna yang mampu menurunkan tekanan darah yang dirasakan pada pasien hipertensi. Hasil intervensi yang dilakukan menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat tekanan darah yang dirasakan sebelum dan sesudah dilakukan pemberian intervensi relaksasi nafas dalam Kombinasi terapi dzikir asmaul husna, sehingga intervensi ini terbukti memiliki pengaruh dalam menurunkan tekanan darah yang dirasakan oleh pasien Hipertensi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih penulis ucapkan kepada semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

DAFTAR PUSTAKA

Andri, J., Padila, P., Sartika, A., Andrianto, M. B., & Harsismanto, J. (2021). *Changes of Blood Pressure in Hypertension Patients Through Isometric Handgrip Exercise. JOSING: Journal of Nursing and Health*, 1(2), 54-64. <https://doi.org/10.31539/josing.v1i2.2326>

- Andri, J., Permata, F., Padila, P., Sartika, A., & Andrianto, M. B. (2021). *Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Menggunakan Intervensi Slow Deep Breathing Exercise. Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(1), 255-262.
- Andri, J., Waluyo, A., Jumaiyah, W., & Nastashia, D. (2018). *Efektivitas Isometric Handgrip Exercise dan Slow Deep Breathing Exercise terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. Jurnal Keperawatan Silampari*, 2(1), 371-384. <https://doi.org/10.31539/jks.v2i1.382>
- Apriyanti, N., Endarwati, T., & Dewi, S. C. (2022). *Pengaruh Pemberian Terapi Asmaul Husna terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Spinal Anestesi di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta. Anaesthesia Nursing Journal*, 1(1), 78–85. <https://doi.org/10.29238/anj.v1i1.1165>
- Arifin, R., Alkaf, I., & Indrayani, H. (2022). *Dampak Zikir Khafi terhadap Ketenangan Jiwa pada Pengamal Tarekat Qadiriyyah Naqsabandiyah. Jurnal Tasawuf dan Psikoterapi*, 3(2), 98–117. <https://doi.org/https://doi.org/10.19109/sh.v3i1.13148>
- Cholifah, N. (2022). *Pengaruh Diet Tinggi Serat terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 13(2), 412–420. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26751/jikk.v13i2.1541>
- Damanik, N. R., Andy, S., & Ashani, S. (2021). *Pengaruh Zikir terhadap Penurunan Kecemasan terhadap Dampak Pandemi Covid-19 Komunitas Tarekat Syattariyyah di Kecamatan Medan Denai. Ability: Journal of Education and Social Analysis*, 2(4), 63–76. <https://doi.org/10.51178/jesa.v2i4.289>
- Deden Dermawan. (2017). *Pengaruh Terapi Psikoreligius: Dzikir Pada Pasien Halusinasi Pendengaran di RSJD dr/ Arif Zainudin Surakarta*
- Eko Prabowo. (2014). *Konsep & Aplikasi Asuhan Keperawatan Jiwa*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Elshy Pangden Rabba, Dkk. (2014). *Hubungan Antara Pasien Halusinasi Pendengaran Terhadap Resiko Perilaku Kekerasan Diruang Kenari Rs.Khusus Daerah Provinsi Sul-Sel*.
- Khoerul Bahkri. (2016). *Terapi Zikir Dalam Mengatasi Perilaku Delinkuensi*. Skripsi. Publikasi
- Kusumawati Farida & Hartono Yudi, (2010). *“Buku Ajar Keperawatan Jiwa”* Jakarta : Salemba Medika.
- Mukhrifah Damayanti, Iskandar . (2012). *AsuhanKeperawatan Jiwa*. Bandung: RefikaAditama. Stuart. G.W and Laraia. *Principle and practice of psychiatric nursing*. 7 thed. St Louis Mosby Year Book.
- Stuart, G.W &Sundeen, S.J. (2011). *Buku Saku Keperawatan Jiwa (Terjemahan)*. Jakarta: EGC.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia Definisi Dan Indikator Diagnostik Edisi 1*. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2017). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia Definisi Dan Tindakan Keperawatan Edisi 1*. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2017). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia Definisi Dan Kriteria Hasil Keperawatan Edisi 1*. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Wahyu Catur Hidayanti. (2014). *PengaruhTerapi Religius Zikir Terhadap Peningkatan Kemampuan Mengontrol Halusinasi Pendengaran Pada Pasien Halusinasi D iRSJD Dr.Amino Gondohutomo Semarang*.