

BAB IV

HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN

Bab ini menjelaskan studi kasus deskriptif tentang gambaran penerapan teknik relaksasi napas dalam terhadap tingkat nyeri pada lansia dengan masalah hipertensi di Wisma Abadi Sentra Meohai Kendari. Pengkajian ini dilakukan dengan metode auto anamnesa (wawancara dengan lansia secara langsung) dan tenaga kesehatan lain, pengamatan, observasi, pemeriksaan fisik, menelaah catatan medis dan catatan keperawatan.

A. Gambaran Tempat Sudi Kasus

Sentra Meohai terletak di jalan ranooaha kec. Ranomeeo yang memiliki ruangan berjumlah 9 dan jumlah lansia 21 orang dimana laki-laki berjumlah 9 dan lansia perempuan berjumlah 12 orang di Wisma Abadi memiliki 4 kamar, Sentra Meohai memiliki perawat yang bertanggung jawab dalam melakukan perawatan lansia.

B. Hasil Studi Kasus

Dari hasil pengkajian didapatkan bahwa lansia Tn.U umur 69 tahun, jenis kelamin laki-laki pendidikan SMP, agama Islam, suku Bugis. Tn.U mengatakan nyeri bagian kepala dan tengkuk, lansia juga mengatakan pusing, dan sulit untuk tidur dan tidurnya tidak puas, nyerinya seperti tertusuk-tusuk dan nyerinya hilang timbul skala nyeri 6 sakit yang dirasakan sejak 6 hari yang lalu.

Pada hari Kamis tanggal 11 April 2023 setelah dilakukan pengkajian didapatkan data dengan keluhan utama: nyeri bagian kepala dan tengkuk, lansia juga mengatakan pusing, dan sulit untuk tidur dan

tidurnya tidak puas, nyerinya seperti tertusuk-tusuk dan nyerinya hilang timbul pada saat pagi dan siang hari.

Riwayat kesehatan sekarang: lansia mengatakan nyeri bagian kepala dan tengkuk, lansia juga mengatakan pusing, dan sulit untuk tidur dan tidurnya tidak puas, nyerinya seperti tertusuk-tusuk dan nyerinya hilang timbul pada saat pagi dan siang hari. Riwayat kesehatan masa lalu: lansia mengatakan pernah mengalami penyakit yang sama sebelumnya yaitu *Hipertensi*. Lansia mengatakan tidak pernah mengalami tindakan operasi sebelumnya. Lansia mengatakan tidak memiliki riwayat alergi. Riwayat kesehatan keluarga: Lansia mengatakan tidak ada anggota keluarga yang menderita penyakit yang sama

Pemeriksaan fisik tanda-tanda vital didapatkan hasil tekanan darah 180/90 mmHg, frekuensi pernafasan 20 kali/menit, Suhu tubuh 36,5 °C, Nadi 92x/menit pemeriksaan berat badan 55 kg dan tinggi badan 160cm, Pemeriksaan fisik pada bagian kepala didapatkan hasil bentuk kepala normosefali atau tidak ada kelainan, keadaan kulit kepala bersih, Lansia mengatakan nyeri pada daerah kepala sejak 6 hari yang lalu dengan skala 6, klien mengatakan sering merasa pusing, klien nampak memegang daerah yang nyeri, klien nampak meringis, klien mengatakan nyeri yang dirasakan seperti tertusuk-tusuk, klien mengatakan mengatakan nyerinya hilang timbul, klien merasa pusing, klien mengatakan nyeri tengkuk, distribusi rambut bersih, rambut tidak mudah tercabut, dan tidak ada alopesia.

Pada pemeriksaan mata didapatkan hasil kedua mata simetris, terdapat kantong mata, tidak ada edema dan ptosis, sclera kemerah-merahan, konjungtiva anemis, reflex pupil normal, ketajaman mata baik, pergerakan bola mata baik, lapang pandang baik, tidak ada diplopia, tidak ada photopobia, tidak ada nistagmus, reflex kornea baik, tidak ada nyeri pada kedua mata. Pada pemeriksaan telinga didapatkan hasil kedua telinga simetris, tidak ada sekret atau serumen, ketajaman pendengaran baik, tinnitus baik, tidak ada nyeri yang dirasakan pada telinga. Pemeriksaan hidung didapatkan hasil hidung simetris, tidak ada perdarahan, tidak ada sekresi, fungsi penciuman baik, dan tidak ada nyeri pada hidung. Pemeriksaan pada mulut didapatkan hasil fungsi berbicara baik, kelembapan bibir baik, posisi uvula baik, mukosa bibir baik, keadaan tonsil baik, stomatitis baik, warna lidah merah mudah, tidak ada tremor pada lidah, kebersihan lidah bersih, tidak ada bau mulut, kelengkapan gigi sudah tidak lengkap, kebersihan gigi bersih, terdapat karies pada gigi, suara parau tidak ada, tidak ada kesulitan menelan, kemampuan mengunyah baik, dan fungsi mengecap baik. Pemeriksaan pada leher didapatkan hasil mobilitas leher baik, tidak ada pembesaran kelenjar tiroid, tidak ada pembesaran kelenjar limfe, tidak ada pelebaran vena jugularis, dan trachea baik.

Pemeriksaan abdomen didapatkan hasil warna kulit sawo matang, tidak ada distensi abdomen, tidak ada ostomy, tidak ada tanda jejas, peristaltic 18x/menit, perkusi abdomen redup, tidak ada massa, dan tidak ada nyeri tekan. Pemeriksaan sistem saraf didapatkan hasil tingkat

kesadaran composmentis, koordinasi baik, memori baik, orientasi baik, konfusi baik, keseimbangan baik, tidak ada kelumpuhan, tidak ada gangguan sensasi, dan tidak ada kejang-kejang. Pemeriksaan reflex didapatkan hasil reflex tendon bisep normal, reflex tendon trisep normal, reflex lutut baik.

Pemeriksaan ekstremitas didapatkan hasil warna kulit sawo matang, tidak terdapat purpura atau ekimosis, tidak terdapat atrofi, tidak ada hipertropi, tidak ada lesi atau luka, pigmentasi baik, tidak ada deformitas sendi, tidak ada deformitas tulang, tidak ada tremor, tidak ada varises, tidak ada edema, turgor kulit baik, kelembapan kulit baik, *capillary tefilling time (CRT)* dibawah 2 detik, pergerakan ekstremitas normal, tidak ada kekakuan sendi, tidak ada kekakuan tulang, tonus otot normal, kekuatan sendi kurang, terdapat nyeri pada persendian, dan tidak terjadi diaphoresis.

Kebutuhan istirahat dan tidur, jumlah tidur siang sebelum sakit 1-2 jam setelah sakit 1jam, jumlah jam tidur malam sering terbangun, kebiasaan konsumsi obat tidur/stimulus penenang tidak ada, kegiatan pengantar tidur tidak ada, prasaan waktu bangun tidur sebelum sakit baik setelah sakit tidak nyaman, kesulitan memulai iya, mudah terbangun penyebab gangguan tidur: lansia mengatakan sulit tidur karena nyeri pada kepala dan tengkuk.

Pengkajian MMSE (Mini Mental Status Exam) setelah dilakukan pengkajian MMSE pada lansia jumlah nilai yang didapatkan 21 atau probable gangguan kognitif. Setelah dilakukan pengkajian Barthel Indeks

Modifikasi Indeks Kemandirian KATZ pada lansia terdapat jumlah aktivitas yang bisa dilakukan 16 poin atau mandiri.

Berdasarkan hasil pengkajian diatas peneliti mengangkat diagnosa keperawatan nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis. Untuk intervensi keperawatan yang diterapkan berupa teknik relaksasi napas dalam untuk menurunkan nyeri pada lansia hipertensi. Penerapan ini berlangsung selama 3 hari.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti mengenai gambaran penerapan teknik relaksasi napas dalam terhadap tingkat nyeri pada hipertensi pada Tn.U selama 3 hari diperoleh bahwa Tn.U memiliki masalah keperawatan nyeri akut yang berhubungan dengan agen pencedera fisiologis pada hipertensi memiliki keluhan tingkat nyeri meringis, gelisah dan gangguan tidur dampak dari nyeri dapat menimbulkan efek samping seperti rasa terbakar, rasa seperti diiris, atau di tusuk-tusuk.

1. Untuk melihat gambaran tingkat nyeri sebelum dilakukan teknik relaksasi napas dalam pada lansia hipertensi

Pada tanggal 11 mei 2023 pukul 08:00 dilakukan observasi mengenai tingkat nyeri pada Tn.U dimana peneliti melakukan observasi berdasarkan dari kriteria hasil tingkat nyeri yang kemudian didapatkan keluhan nyeri meningkat, meringis meningkat, gelisah meningkat, kesulitan tidur meningkat.

Hasil observasi berdasarkan kriteria hasil tingkat nyeri pada Tn.U sebelum dilakukan teknik relaksasi napas dalam dihari pertama dapat dilihat pada tabel 4.1

Tabel 4.1

Hasil Observasi Tingkat Nyeri Berdasarkan Kriteria Hasil Sebelum Terapi Relaksasi Napas Dalam

Hari/tanggal	Jam	Observasi kriteria hasil	Keterangan
Kamis 11 mei 2023	08:00	Keluhan nyeri	Meningkat
		Meringis	Meningkat
		Gelisah	Meningkat
		Kesulitan tidur	Meningkat

2. Untuk melihat gambaran tingkat nyeri sesudah teknik relaksasi napas dalam pada lansia hipertensi di sentra meohai kendari

Tn.u diberikan terapi relaksasi napas dalam berdasarkan Standar Prosedur Oprasional teknik relaksasi napas dalam yang berlangsung selama 3 hari dengan waktu 12-15 menit. Dalam sehari terapi relaksasi napas dalam dlakukan sebanyak 2 kali pagi pukul 08:00 dan siang 13:00. Terapi relaksasi ini dilakukan pada hari kamis 11 mei 2023 sampai 13 mei 2023.

Plaksanaan terapi relaksasi napas dalam diawali dengan tahap (1) Tahap prainteraksi mencuci tangan, membaca status lansia, menyiapkan alat. (2) Tahap orientasi memberikan salam teraupetik, menjaga privasi pasien, menjelaskan tujuan dan prosedur yang akan dilakukan kepada

lansi. (3) Tahap kerja atur posisi lansia agar rileks tanpa adanya beban fisik, instruksikan lansia untuk melakukan tarik napas dalam sehingga rongga paru berisi udara, instruksikan lansia dengan cara berlahan, menghembuskan udara membiarkannya keluar dari setiap anggota tubuh, instruksikan lansia untuk mengulangi teknik-teknik ini, setelah lansia merasakan ketenangan, minta lansia untuk melakukan sendiri. (4) Tahap terminasi terdiri dari melakukan evaluasi sesuai dengan tujuan , berpamitan pada lansia, mencuci tangan dan mencatat lembar catatan (lembar observasi) dan simpulkan hasil.

Tabel 4.2

Hasil Observasi Penerapan Terapi Relaksasi Napas Dalam Terhadap Tingkat Nyeri Pada Hari Pertama

Indikator	Intervensi			
	Sesi ke-1		Sesi ke-2	
	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
Keluhan nyeri	Sedang (skala nyeri 6)			
Meringis	Sedang	Cukup menurun	Cukup menurun	Cukup menurun
gelisah	Sedang	Sedang	Sedang	Sedang
Kesulitan tidur	Sedang	Sedang	Cukup menurun	Cukup Menurun

Pada tabel 4.2 diatas dapat dijelaskan bahwa intervensi penerapan relaksasi napas dalam terhadap tingkat nyeri yang di berikan pada Tn.U di hari pertama menunjukkan hasil bahwa terdapat beberapa indikator dari tingkat nyeri yang mengalami sebagian penurunan diantaranya: keluhan nyeri semula berada pada kategori sedang dengan skala nyeri 6

ekspresi meringis, gelisah dan kesulitan tidur berada pada kategori sedang, berubah menjadi cukup menurun.

Tabel 4.3

Hasil Observasi Penerapan Terapi Relaksasi Napas Dalam Terhadap Tingkat Nyeri Pada Hari Kedua

Indikator	Intervensi			
	Sesi-1		Sesi-2	
	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
Keluhan nyeri	Sedang (skala nyeri 6)	Cukup menurun (skala nyeri 5)	Cukup menurun (skala nyeri 5)	Cukup Menurun (skala nyeri 5)
Meringis	Cukup menurun	Menurun	Menurun	Menurun
Gelisah	Cukup menurun	Cukup menurun	Cukup menurun	Cukup menurun
Kesulitan tidur	Cukup menurun	Cukup menurun	Cukup menurun	Cukup Menurun

Pada tabel 4.3 tentang intervensi penerapan terapi relaksasi napas dalam terhadap tingkat nyeri yang diberikan pada Tn.U diatas, menunjukkan hasil bahwa keluhan nyeri dirasakan lansia yang semua berada pada kategori sedang dengan skala 6 mengalami penurunan menjadi kategori cukup menurun dengan skala 5 ekspresi meringis, gelisah dan kesulitan tidur tidak mengalami perubahan dan masih dalam kategori cukup menurun.

Tabel 4.4

Hasil Observasi Penerapan Terapi Relaksasi Napas Dalam Terhadap Tingkat Nyeri Pada Hari Ketiga

Indikator	Intervensi			
	Sesi-1		Sesi-2	
	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah

Keluhan nyeri	Cukup menurun (skala nyeri 4)	Cukup menurun (skala nyeri 3)	Cukup menurun (skala nyeri 3)	Cukup menurun (skala nyeri 3)
Meringis	Menurun	Menurun	Menurun	Menurun
Gelisah	Cukup menurun	Menurun	Menurun	Menurun
Kesulitan tidur	Cukup menurun	Cukup menurun	Cukup menurun	Cukup Menurun

Pada tabel 4.4 tentang intervensi penerapan terapi relaksasi napas dalam terhadap tingkat nyeri yang diberikan pada Tn.U di hari ketiga diatas, menunjukkan hasil bahwa terjadi penurunan keluhan nyeri yang semua berada pada kategori cukup menurun dengan skala 4, berubah menjadi skala nyeri 3, ekspresi meringis lansia mengalami penurunan yang di tandai dengan lansia tidak tampak meringis lagi, gelisah berada pada kategori cukup menurun berubah menjadi kategori menurun, sedangkan kesulitan tidur lansia masih dalam kategori cukup menurun dikarenakan lansia masih sering terbangun dimalam hari.

Pada ketiga tabel intervensi penerapan terapi relaksasi napas dalam terhadap tingkat nyeri yang diberikan pada Tn.U diatas dapat disimpulkan bahwa tingkat nyeri yang terdiri dari 5 indikator penilaian yaitu keluhan nyeri, meringis, gelisah, dan kesulitan tidur mengalami penurunan setelah diberikan terapi relaksasi napas dalam selama 3 hari. Hal ini dibuktikan dengan keluhan nyeri dari kategori sedang dengan skala 6 menjadi cukup menurun dengan skala 3, ekspresi meringis dari kategori sedang menjadi menurun dengan lansia sudah tidak menunjukkan ekspresi meringis lagi, gelisah dari kategori sedang menjadi cukup menurun dengan lansia tidak mengalami kesulitan tidur ketika nyeri pada tubuhnya.

C. Pembahasan

Pada hasil penelitian setelah dilakukan pengkajian pada Tn.U didapatkan data dengan keluhan utama: nyeri bagian kepala dan tengkuk, lansia juga mengatakan pusing, dan sulit untuk tidur dan tidurnya tidak puas, nyerinya seperti tertusuk-tusuk dan nyerinya hilang timbul pada saat pagi dan siang hari pola makan sehari teratur jenis makanan yang dimakan seperti sayur, ikan ayam.

Hasil penelitian yang dilakukan pada Tn.U mengenai gambaran penerapan teknik relaksasi napas dalam terhadap tingkat nyeri pada lansia dengan masalah hipertensi di Wisma Abadi Sentra Meohai Kendari, ditemukan adanya masalah keperawatan tingkat nyeri berhubungan dengan agen pencedera fisiologis yang ditunjukkan dengan tingkat nyeri meningkat, meringis meningkat, gelisah meningkat, gangguan tidur meningkat

1. Untuk melihat gambaran tingkat nyeri sebelum dilakukan teknik relaksasi napas dalam pada lansia hipertensi

Dalam termiologi keperawatan lansia, didefinisikan sebagai sebuah kondisi dimana lansia harus dirawat dengan priode waktu tertentu karena kondisi kritis maupun terencana Sejalan dengan dengan penelitian (Saputri R, Ayubbana S, 2022) hal yang paling umum terjadi pada lansia mengalami hipertensi, stroke, gangguan jantung.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan peneliti hasil pengkajian yang telah dilakukan didapatkan data pada lansia dengan Tn.U ditemukan bahwa lansia mengalami tingkat nyeri yang di dukung oleh pengkajian, dimana lansia mengatakan dengan **P**: penyebab nyeri karena

sering makan makanan yang mengandung garam yang cukup tinggi dan saat beraktivitas terlalulama. **Q:** nyeri yang dirasakan seperti tertusuk-tusuk **R:** Sakit yang dirasakan bagian kepala, tengkuk. **S:** Skala nyeri 6. **T:** Lansia mengatakan nyeri yang dia rasakan hilang timbul. Hal ini didukung oleh penelitian (Saputri R, Ayubbana S, 2022) nyeri terjadi karena kerusakan vaskuler akibat dari hipertensi tampak jelas pada seluruh pembuluh perifer, perubahan struktur dalam arteri-arteri kecil dan arteriola menyebabkan pembuluh darah. Pada jaringan yang terganggu akibat terjadinya penurunan O₂ (oksigen) dan peningkatan CO₂ (karbondioksida) kemudian terjadi metabolisme anaerob dalam tubuh yang meningkatkan asam laktat dan menstimulasi peka nyeri kapiler pada otak.

2. Untuk melihat gambaran tingkat nyeri sesudah teknik relaksasi napas dalam pada lansia hipertensi di sentra meohai kendari

Untuk mengurangi tingkat nyeri akibat hipertensi yang dialami lansia diperlukan suatu media yang dapat mengungkapkan rasa gelisah pada lansia salah satunya teknik relaksasi napas dalam. Primadewi mendefinisikan teknik relaksasi napas dalam sebagai salah satu intervensi yang bisa diterapkan untuk tingkat nyeri yang menderita hipertensi. Untuk menurunkan tingkat nyeri yang dirasakan terdapat beberapa cara yaitu memberi teknik relaksasi napas dalam, terapi pijat, terapi mural, terapi musik, berdasarkan beberapa cara yang disebutkan salah satu teknik relaksasi napas dalam, dimana terapi ini dapat mengurangi rasa nyeri pada lansia yang menderita hipertensi.

Teknik relaksasi napas dalam membantu lansia dan peneliti dalam mengembangkan rasa saling percaya melalui teknik relaksasi napas dalam sehingga memunculkan respon yang baik kepada peneliti melakukan teknik relaksasi napas dalam sehingga mampu mengurangi gejala nyeri yang dirasakan lansia setelah dilakukan teknik relaksasi napas dalam.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Tn.U dapat dijelaskan bahwa intervensi penerapan relaksasi napas dalam terhadap tingkat nyeri yang di berikan pada Tn.U di hari pertama menunjukkan hasil bahwa terdapat beberapa indikator dari tingkat nyeri yang mengalami sebagian penurunan diantaranya: keluhan nyeri semula berada pada kategori sedang dengan skala nyeri 6 , ekspresi meringis, gelisah dan kesulitan tidur berada pada kategori sedang, berubah menjadi cukup menurun. intervensi penerapan terapi relaksasi napas dalam terhadap tingkat nyeri yang diberikan pada Tn.U di hari ketiga diatas, menunjukkan hasil bahwa terjadi penurunan keluhan nyeri yang semua berada pada kategori cukup menurun dengan skala 4, berubah menjadi skala nyeri 3, ekspresi meringis lansia mengalami penurunan yang di tandai dengan lansia tidak tampak meringis lagi, gelisah berada pada kategori cukup menurun berubah menjadi kategori menurun, sedangkan kesulitan tidur lansia masih dalam kategori cukup menurun dikarenakan lansia masih sering terbangun dimalam hari.

Pada hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa lansia meringis pada hari pertama sampai hari ke tiga mengalami penurunan karena sering melakukan teknik napas dalam. Hal ini didukung

oleh (Primadewi, 2022) yang mengatakan bahwa nyeri ditemukan pada penyaki hipertensi atau lanjut usia gejala ini di temukan bila tekanan darah yang terus meningkat dan dapat menyebabkan nyeri bagian kepala, tengkuk kesulitan tidur, pusing, dan meringis. Meringis atau rasa nyeri terjadi ketika tekanan darah yang tidak terkontrol dengan baik dengan menyebabkan peningkatan tekanan darah yang berlebihan pada pembuluh darah di tubuh, termasuk pembuluh darah jantung tekanan darah tinggi dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan kerusakan pada pembuluh darah dan jantung itu sendiri salah satu komplikasi yang mungkin terjadi dimana pembuluh darah yang masuk darah ke jantung mengalami penyempitan atau penyumbatan hal ini dapat mengakibatkan kurangnya pasokan darah dan oksigen ke jantung yang menghasilkan rasa nyeri atau meringis.

Setelah dilakukan Teknik napas dalam pada lansia selama 3x24 jam (3 hari) hasil bahwa tingkat nyeri pada lansia dimana pada hari ke 3 lansia mengatakan nyeri menurun dari sebelumnya, lansia sudah tidak meringis lagi dan tidak gelisah dan mengatakan tidak sulit tidur karena nyeri yang dirasakan menurun.

Teknik napas dalam merupakan cara untuk melatih lansia dengan tujuan untuk mengurangi rasa nyeri yang dirasakan lansia hipertensi (Primadewi, 2022) dari hasil penelitian yang dilakukan pada Tn.U setelah dilakukan terapi Teknik napas dalam didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa dapat mengurangi tingkat nyeri, gelisah, meringis, kesulitan tidur menjadi membaik selain itu lansia juga mempunyai peran penting dalam

menjaga kesehatan lansia diharapkan adanya penelitian ini lansia dapat mengetahui terapi teknik napas dalam dapat menggunakan sebagai salah satu alternatif untuk dapat penurunan nyeri hipertensi.

D. Keterbatasan Dalam Penelitian

Setiap penelitian tidak terlepas dari keterbatasan dan kekurangan, demikian pula dengan penelitian ini, Secara teknis, dalam penelitian ini memiliki keterbatasan dari yaitu dalam hal komunikasi dengan Tn.U kooperatif tetapi sesekali teralihkan oleh cara berkomunikasi pasien yang kurang jelas karena faktor usia lansia.