

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Tabel 4.1 pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian terapi

Hari Tanggal	Sebelum	Sesudah
1	150/100 mmHg	150/95 mmHg
2	150/90mmHg	140/85 mmHg
3	140/ 85 mmHg	130/80 mmHg

Gambaran karakteristik pasien dan data-data yang ditetapkan pada saat pengkajian sesuai dengan tahapan rencana penerapan sebagai berikut dapat diketahui bahwa hari pertama sebelum pengkajian tekanan darah Ny.M 150/100 mmHg, setelah intervensi menurun menjadi 150/95 mmHg, hari kedua sebelum intervensi 150/90 mmHg setelah intervensi menurun menjadi 140/85 mmHg dan hasil pengukuran sebelum intervensi hari ketiga adalah 140/85 mmHg, setelah intervensi 130/80 mmHg. Perubahan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Pemberian Terapi Relaksasi genggam jari dan nafas dalam..

B. Pembahasan

Hasil yang diperoleh dari penerapan terapi genggam jari dan nafas dalam dilakukan selama 3 hari berturut turut tanggal 21 agustus-23 agustus 2025. Setelah dilakukan terapi genggam jari dan nafas dalam peneliti menyatakan bahwa terdapat penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penerapan terapi genggam jari dan nafas dalam. Pada hari pertama tekanan darah Ny.M 150/100 mmHg setelah dilakukan penerapan genggam jari dan nafas dalam selama 3 hari berturut-turut mengalami penurunan menjadi 130/80 mmHg.

Penerapan terapi genggam jari dan nafas dalam dapat bermanfaat terhadap penderita hipertensi yaitu mampu menurunkan tekanan darah. penurunan tekanan darah terjadi setelah pemberian terapi relaksasi genggam jari dan nafas dalam. Teknik relaksasi genggam jari adalah salah satu terapi komplementer yang di percaya menimbulkan rasa nyaman dan rileks serta dapat mengaktifkan system saraf parasimpatis sehingga dapat menurunkan denyut jantung, frekuensi pernafasan dan tekanan darah (Handoyo, et al 2022).

Dari hasil implementasi keperawatan yang di lakukan kepada pasien 1 x 15 menit selama 3 hari dan yang di lakukan adalah penerapan genggam jari dan nafas dalam di hari pertama 150/100 mmHg di hari kedua 140/85 mmHg dan implementasi hari ketiga 130/80 mmHg.

Berdasarkan asumsi pemberi asuhan keperawatan pada Ny.M bahwa penurunan tekanan darah ini bisa saja terjadi dengan hanya melakukan terapi genggam jari dikombinasikan dengan relaksasi nafas dalam hal ini di karenakan genggam jari tangan memanaskan keluar masuknya energi meridian jari, yang dapat menurunkan kerja saraf simpatis bila disertai dengan nafas dalam . titik- titik meridian tangan secara spontan merangsang otak dalam bentuk gelombang . Gelombang ini di terima oleh otak dan cepat di transmisikan ke saraf organ yang terkena ,memperlancar jalur energi. Jalur energi yang harus melemaskan dan menenangkan otot tubuh .situasi ini mengurangi produksi hormon epinefrin dan norepinefrin. penurunan produksi hormon ini membuat jantung lebih sulit untuk memompa dara dan menurunkan tekanan darah.

Teori tersebut menunjukkan kesesuaian dengan fakta yang di peroleh pada pengkajian Ny.M tekanan darah tinggi yang terjadi di sebabkan karena beberapa factor seperti usiannya yang menganjak 66 tahun kebiasaan mengkonsumsi makanan yang asin. Sebelum di lakukan penerapan terapi genggam jari dan nafas dalam pada Ny.M mengeluh nyeri bagian kepala ,pusing, sakit kepala dan tegang bagian leher belakang. hal ini sesuai dengan teori yang menyebutkan faktor- faktor yang sering menyebabkan terjadinya

hipertensi di bagi menjadi dua kelompok besar yaitu factor melekat atau dapat di ubah seperti jenis kelamin,umur,genetic,dan factor yang dapat di ubah seperti pola makan,kebiasaan olahraga dan lain-lain (Imelda et al.,2020).

Setelah dilakukan terapi genggam jari dan nafas dalam bawah terdapat penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah di lakukan penerapan terapi genggam jari dan nafas dalam (Agustin et al.,2019) menyatakan terapi relaksasi genggam jari dan nafas dalam dapat menurunkan secara ketegangan fisik dan emosional.Hal ini karena genggam jari tangan memanaskan keluar masuknya energi meridian jari yang dapat menurunkan kerja saraf simpatis bila di sertai dengan nafas dalam.Titik-titik meridian tangan secara spontan merangsang otak dalam bentuk gelombang radio.Gelombang ini di terima olah otak dan dengan cepat di transmisikan kesaraf organ yang terkena memperlancar jalur energi yang halus melemaskan dan menenangkan otot dan tubuh.Situasi ini mengurangi produksi hormon pinefrin dan norepinefrin.Penurunan produksi hormone ini membuat jantung lebih sulit untuk memompa darah dan menurunkan tekanan darah.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan Fadhilah (2022) menyatakan sesuai dengan jurnal yaitu Penerapan Terapi Genggam Jari Dan Nafas Dalam Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Kecamatan Mojolaban Sukoharjo didapatkan hasil sebelum diberikan terapi genggam jari dan nafas dalam sebagian besar responden memiliki tekanan darah sistolik 145-155 mmHg dan diastolik 80-100 mmHg. Sesudah diberikan terapi genggam jari dan nafas dalam pada penderita hipertensi di sebagian besar responden memiliki tekanan darah sistolik turun menjadi stadium I yaitu 130- 135 dan diastolik 80-85 mmHg. Ada perbedaan yang terjadi atau ada pengaruh pemberian terapi genggam jari dan nafas dalam terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi di Kecamatan Mojolaban Sukoharjo.