

**ASUHAN KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH DENGAN GANGGUAN
SISTEM KARDIOVASKULAR : HIPERTENSI GRADE II PADA Tn.Y
USIA 51 TAHUN DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT
DI RUANG PEMERIKSAAN UMUM UPTD PUSKESMAS EDISON JAAR**

Arya Fitrisariani¹,Aulia Rachman²

INTISARI

Latar Belakang : Hipertensi merupakan suatu kondisi peningkatan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Nyeri kepala dengan rasa berat di tengkuk merupakan salah satu tanda gejala yang sering dikeluhkan oleh penderita hipertensi. Oleh karena itu diperlukan penatalaksanaan non farmakologis berbasis *evidence based practice* yang dapat digunakan untuk mengatasi nyeri akut pada penderita hipertensi yaitu teknik relaksasi *slow deep breathing* dan konsumsi buah mentimun.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan *evidence based practice* pada Asuhan Keperawatan Medikal Bedah Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular:Hipertensi Grade II Pada Tn.Y Usia 51 Tahun Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di Ruang Pemeriksaan Umum UPTD Puskesmas Edison Jaar.

Metode : Metode kasus yang dilakukan pada 1 orang pasien rawat jalan dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara,observasi,pemeriksaan fisik, pemeriksaan tanda-tanda vital dan antropometri.

Hasil : Didapatkan hasil bahwa penerapan *evidence based practice* pada Tn.Y dari teknik relaksasi *slow deep breathing* yang dilakukan pada saat nyeri dan konsumsi buah mentimun secara teratur pada pagi dan sore selama 3 hari berturut-turut dapat menurunkan tingkat nyeri dari skala nyeri 5 (nyeri sedang) menjadi tidak nyeri serta penurunan tekanan darah dari 165/101 mmHg menjadi 140/85 mmHg.

Kesimpulan : Penerapan *evidence based practice* dari teknik relaksasi *slow deep breathing* dan konsumsi buah mentimun cukup efektif untuk menurunkan tingkat nyeri dan tekanan darah pada penderita hipertensi

Kata Kunci : Hipertensi, Nyeri, *Slow Deep Breathing*,Konsumsi Buah Mentimun

¹ Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin

² Dosen Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin

MEDICAL SURGICAL NURSING CARE WITH CARDIOVASCULAR SYSTEM DISORDERS: GRADE II HYPERTENSION IN 51 YEAR OLD MAN WITH ACUTE PAIN NURSING PROBLEMS IN THE GENERAL EXAMINATION ROOM UPTD EDISON HEALTH CENTER JAAR

Arya Fitrisariani ¹, Aulia Rachman ²

ABSTRACT

Background: Hypertension is a condition of increased systolic blood pressure ≥ 140 mmHg and/or diastolic blood pressure ≥ 90 mmHg. Headache with a feeling of heaviness in the nape of the neck is one of the symptoms that hypertension sufferers often complain about. Therefore, non-pharmacological management based on *evidence-based practice is needed* which can be used to treat acute pain in hypertension sufferers, namely *slow deep breathing relaxation techniques* and consuming cucumbers.

Purpose: This study aims to apply *evidence based practice* in Medical Surgical Nursing Care with Cardiovascular System Disorders: Grade II Hypertension in Mr.

Method: The case method was carried out on 1 outpatient with data collection techniques through interviews, observation, physical examination, examination of vital signs and anthropometry.

Result: The results showed that Mr. Y applied *evidence-based practice using the slow deep breathing relaxation technique* when he was in pain and regular consumption of cucumbers in the morning and evening for 3 consecutive days can reduce pain levels from pain scale 5 (moderate pain) to no pain and reduce blood pressure from 165/101 mmHg to 140/85 mmHg.

Conclusion: The application of *evidence based practice* of the *slow deep breathing relaxation technique* and consumption of cucumbers is quite effective in reducing pain levels and blood pressure in hypertension sufferers.

Keywords: Hypertension, Pain, *Slow Deep Breathing*, Consuming Cucumbers

¹Student at the High School of Health Sciences Suaka Insan Banjarmasin

²Lecturer at the High School of Health Sciences Suaka Insan Banjarmasin

