

ASUHAN KEPERAWATAN HIPERTENSI PADA LANSIA DENGAN MASALAH NYERI DAN PENERAPAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF DI PUSKESMAS JERUKLEGI I CILACAP

Sumiyati¹ Heru Ginanjar Triyono²
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas AI – Irsyad Cilacap
sumiyaticlp809@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Hipertensi juga merupakan penyakit silent killer (pembunuh diam-diam) karena dapat menyebabkan kematian mendadak yang diakibatkan oleh semakin tingginya tekanan darah sehingga resiko untuk menderita komplikasi pun semakin besar. Pengobatan alternatif terapi nonfarmakologis yang sangat efektif untuk menurunkan dan membantu mengobati nyeri akut karena hipertensi salah satunya yaitu refleksi otot progresif.

Tujuan Umum: Tujuan dari penulisan ini adalah untuk mendapatkan gambaran tentang penerapan refleksi otot progresif sebagai penatalaksanaan masalah keperawatan nyeri akut pada pasien Hipertensi.

Metode: Karya tulis ini menggunakan desain studi kasus deskriptif. Subjek studi kasus adalah pasien Hipertensi yang mengalami masalah keperawatan nyeri. Pengumpulan data dengan teknik observasi, wawancara dan studi dokumentasi.

Hasil Asuhan Keperawatan: Diagnosa keperawatan utama yang muncul pada pasien *Hipertensi* adalah nyeri akut. Implementasi dilakukan sesuai intervensi keperawatan, evaluasi hasil selama 3 x pertemuan dalam seminggu selama 4 minggu tingkat nyeri menurun dan kontrol nyeri meningkat. Skala nyeri sebelum sedang (4-6) dan sesudah dilakukan Tindakan refleksi otot progresif menurun menjadi skala nyeri ringan (1-3).

Rekomendasi: Perawat diharapkan dapat mengaplikasikan pemberian refleksi otot progresif untuk menangani masalah keperawatan nyeri akut pada pasien *Hipertensi*.

Kata Kunci : *Nyeri Akut; Relaksasi Otot Progresif; Hipertensi.*

¹⁾ Mahasiswa Universitas AI – Irsyad Cilacap

²⁾ Dosen Universitas AI – Irsyad Cilacap

ABSTRACT

Background: Hypertension is also a silent killer disease (silent killer) because it can cause sudden death caused by higher blood pressure so that the risk of suffering from complications is even greater. One of the most effective non-pharmacological alternative treatments for reducing and helping to treat acute pain due to hypertension is progressive muscle reflexology.

Objective: The purpose of this paper is to get an overview of the application of progressive muscle reflexes as a management of acute pain nursing problems in hypertensive patients.

Method: This paper uses a descriptive case study design. The case study subjects were hypertension patients who experienced pain nursing problems. Collecting data with observation techniques, interviews and documentation studies.

Results : The main nursing diagnosis that appears in the patient with hypertension is acute pain. Implementation is carried out according to nursing interventions, evaluation of results during 3 meetings a week for 4 weeks the level of pain decreases and pain control increases. The pain scale before was moderate (4-6) and after the progressive muscle reflexology action was carried out it decreased to a mild pain scale (1-3).

Recommendation: Nurses are expected to be able to apply progressive muscle reflexology to treat acute pain nursing problems in hypertensive patients.

Keywords: Acute Pain; Progressive Muscle Relaxation; Hypertension