

## ABSTRAK

Nama : Siti Tuti Alawiyah, S.Kep  
NIM : 1035241249  
Program Studi : Profesi Ners  
Judul : Asuhan Keperawatan Lansia Dengan Hipertensi Yang Mengalami Nyeri Akut Melalui Pemberian Terapi Relaksasi Nafas Dalam Di Ruang Cendana 2 RS Bhayangkara Tk.I Puskokkes Polri.  
Pembimbing : Atikah Pustikasari,SKM.,MKM  
Tiodora, S.Kep, Ners

**Latar Belakang:** Lansia rentan mengalami hipertensi yang sering disertai nyeri akut pada bagian tengkuk akibat meningkatnya tekanan pada pembuluh darah. Terapi non farmakologis, seperti Teknik relaksasi nafas dalam, efektif menurunkan nyeri dan menstabilkan tekanan darah.

**Tujuan:** Menilai efektivitas Teknik relaksasi nafas dalam dalam menurunkan nyeri akut dan menstabilkan tekanan darah pada lansia hipertensi.

**Metode:** Asuhan keperawatan gerontik dilakukan pada Ny. S (65 tahun) di Ruang Griu 1 RS Bhayangkara Tk. I Puskokkes Polri dari 1–3 Mei 2025. Tahapan meliputi pengkajian, penentuan diagnosis, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Intervensi utama berupa Teknik relaksasi nafas dalam selama 15 menit per sesi, 3 kali sehari selama 3 hari.

**Hasil :** Skala nyeri pasien menurun dari 6 menjadi 2, tekanan darah dari 160/90 mmHg menjadi 130/80 mmHg. Kualitas tidur membaik dan pemahaman pasien tentang hipertensi meningkat.

**Kesimpulan:** Teknik relaksasi nafas dalam efektif mengurangi nyeri akut dan menstabilkan tekanan darah pada lansia hipertensi, serta memberikan manfaat fisik, psikologis, dan edukatif bagi pasien.

**Kata Kunci:** asuhan keperawatan, hipertensi, lansia, nyeri akut, teknik relaksasi nafas dalam