

ABSTRAK

Nama : Irni Puspitasari
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners
Judul Karya Ilmiah : Asuhan keperawatan pada pasien hipertensi yang mengalami nyeri akut melalui pemberian relaksasi otot progresif di Ruang Muraz Lantai 4 RSUD Syamsudin S.H Kota Sukabumi
Pembimbing : Atikah, SKM., MKM
Farid Widiana Zaimul, S.Kep., Ners. M.Kep

Latar belakang : Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah dan menjadi faktor risiko utama terjadinya penyakit kardiovaskular. Pasien hipertensi sering mengalami masalah keperawatan berupa nyeri akut, terutama nyeri kepala, akibat peningkatan tekanan vaskuler serebral yang dapat mengganggu kenyamanan dan aktivitas sehari-hari. Nyeri yang tidak tertangani dapat memperburuk kondisi pasien melalui peningkatan aktivitas sistem saraf simpatis yang berdampak pada kenaikan tekanan darah. Salah satu intervensi keperawatan non farmakologis yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri adalah relaksasi otot progresif. Teknik ini bertujuan untuk menurunkan ketegangan otot, mengurangi stres, serta membantu menurunkan intensitas nyeri pada pasien hipertensi.

Tujuan : Untuk menerapkan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah nyeri akut melalui pemberian relaksasi otot progresif di Ruang Muraz Lantai 4 RSUD R. Syamsudin S.H Kota Sukabumi.

Metode : Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus dan studi literatur. Asuhan keperawatan dilakukan melalui tahapan proses keperawatan yang meliputi pengkajian, penegakan diagnosis keperawatan, perencanaan intervensi, implementasi tindakan, serta evaluasi keperawatan.

Hasil : Setelah dilakukan asuhan keperawatan selama tiga hari dengan pemberian intervensi relaksasi otot progresif, menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri dari skala 7 menjadi skala 3, serta peningkatan kemampuan pasien dalam melakukan teknik relaksasi secara mandiri. Selain itu, terjadi perbaikan kondisi pasien yang ditandai dengan ekspresi wajah lebih rileks dan peningkatan kualitas istirahat.

Kesimpulan : Pemberian relaksasi otot progresif dapat membantu menurunkan intensitas nyeri pada pasien hipertensi serta meningkatkan kemampuan pasien dalam mengontrol nyeri secara mandiri. Oleh karena itu, relaksasi otot progresif dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi keperawatan non farmakologis yang efektif dalam mengatasi masalah nyeri akut pada pasien hipertensi.

Kata kunci : Hipertensi, nyeri akut, relaksasi otot progresif