

**Nama : Galuh Pratiwi**

**NIM : 1035242025**

**Judul : Asuhan Keperawatan Pada Lansia Hipertensi Dengan Masalah Nyeri Akut Melalui Terapi Rendam Kaki Air Hangat Dan Relaksasi Benson Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1**

## **ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi pada lansia akibat perubahan fisiologis, khususnya pada sistem kardiovaskular. Kondisi hipertensi pada lansia sering disertai keluhan nyeri yang dapat memperburuk kondisi fisik maupun psikologis. Selain terapi farmakologis, diperlukan pendekatan nonfarmakologis yang aman, efektif, dan dapat diterapkan dalam jangka panjang, seperti terapi rendam kaki air hangat dan relaksasi Benson.

**Metode :** Penelitian ini menggunakan desain studi kasus deskriptif dengan pendekatan proses asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Subjek penelitian adalah seorang lansia dengan hipertensi yang mengalami nyeri akut di Wisma Asoka Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung. Intervensi yang diberikan berupa terapi rendam kaki menggunakan air hangat dan relaksasi Benson selama tiga hari dalam waktu 20 menit.

**Hasil :** Hasil evaluasi menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri dari skala 6 menjadi 3 setelah 3 hari dilakukan implementasi, perbaikan toleransi aktivitas, kualitas tidur yang lebih baik, serta penurunan tekanan darah setelah dilakukan intervensi secara teratur. Klien tampak lebih rileks dan mampu beristirahat dengan nyaman.

**Kesimpulan :** Terapi rendam kaki menggunakan air hangat dan relaksasi Benson terbukti efektif sebagai intervensi nonfarmakologis dalam menurunkan nyeri dan membantu pengendalian tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Intervensi ini dapat dijadikan alternatif terapi pendukung dalam asuhan keperawatan lansia hipertensi.

**Kata kunci : Lansia, Hipertensi, Nyeri Akut, Rendam Kaki Air Hangat, Relaksasi Benson**

**Pustaka : 58 buah**