

ABSTRAK

Penyakit hipertensi bisa menyebabkan masalah yang mengganggu kebutuhan dasar manusia seperti nyeri kepala (pusing) dan masalah yang lain yaitu risiko perubahan perfusi jaringan serebral, ginjal, dan jantung yang berpengaruh dengan gangguan sirkulasi pembuluh darah yang menyebabkan nyeri akut. Tujuan penelitian ini yaitu menerapkan senam hipertensi pada klien yang mengalami hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut.

Jenis penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subyek yang digunakan yaitu 1 klien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut. Lokasi penelitian di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya selama 6 hari (1x pertemuan dilakukan selama 5 – 10 menit) dengan metode pengumpulan data meliputi pengkajian, menentukan diagnosa, membuat intervensi, implementasi dan evaluasi.

Hasil studi kasus penerapan senam hipertensi pada klien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut pada klien hipertensi selama 6 hari. Setelah dilakukan tindakan keperawatan 6 x 24 jam pada klien hipertensi masalah nyeri akut dapat teratasi dengan kriteria hasil kontrol nyeri dapat meningkat dari 2 menjadi 5, sikap protektif terhadap nyeri menurun, dan tekanan darah membaik dari 160/100 mmHg menjadi 130/90 mmHg.

Penerapan senam hipertensi dapat menurunkan nyeri akut yang disebabkan oleh peningkatan tekanan darah. Peran perawat juga sangat penting untuk mendorong klien tetap aktif dalam melakukan senam hipertensi sebagai terapi non-farmakologi agar menjaga tekanan darah dalam batas normal.

Kata Kunci : Nyeri akut, Hipertensi, Senam hipertensi