

ABSTRAK

Ansietas merupakan gejala yang sering dialami pasien dengan hipertensi. Hipertensi juga menyebabkan masalah psikis pada lansia, dimana lansia merasa takut dan cemas akan penurunan fungsi tubuh karena penyakitnya yang merupakan salah satu keluhan utama lansia yang berada di UPT Panti Werdha “Mojopahit” Mojokerto. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Pada Lansia Penderita Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Kecemasan (Ansietas) Di UPT Panti Werdha “Mojopahit” Mojokerto.

Desain penelitian ini menggunakan studi kasus yang dilakukan pada 1 pasien hipertensi dengan masalah keperawatan ansietas (kecemasan). Penelitian dilakukan di Asrama Anggek UPT Panti Werdha “Mojopahit” Mojokerto pada 19-22 April 2018. Metode pengumpulan data menggunakan lembar pengkajian keperawatan Gerontik, dengan melakukan wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik, kemudian dilakukan analisa data dan dibuat intervensi. Setelah itu dilakukan tindakan dan dievaluasi.

Hasil yang didapatkan setelah penerapan asuhan keperawatan dengan menggunakan NIC (*Nursing Intervention Care*) yang dilakukan selama 3 hari pada pasien yaitu dapat menurunkan kecemasan (ansietas) dari rentang respon berat menjadi ringan.

Terapi Relaksasi Otot Progresif dapat mengurangi kecemasan (ansietas) pada pasien hipertensi. Disarankan pada petugas di UPT untuk menerapkan terapi relaksasi otot progresif ini di UPT Panti Werdha “Mojopahit” sebagai upaya penanganan pada lansia yang mengalami masalah kecemasan (ansietas).

Kata kunci : Kecemasan (ansietas), Hipertensi, Relaksasi Otot Progresif