

ABSTRAK

Keluhan utama penderita hipertensi adalah nyeri kepala. Terapi rutin untuk nyeri kepala adalah latihan autogenik. Tujuan penelitian ini mengetahui penerapan Latihan Autogenik (*Autogenic Training*) pada klien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya.

Desain penelitian menggunakan studi kasus melalui asuhan keperawatan pada dua pasien yaitu Mbah. N dan Mbah. S dengan masalah nyeri akut serta melakukan pengkajian, diagnosis, rencana tindakan, tindakan keperawatan dan evaluasi. Metode pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara dan observasi pada Mbah. N dan Mbah. S. Rencana tindakan mengacu EBN (*Evidence Based in Nursing*) yaitu Latihan Autogenik.

Hasil penerapan latihan autogenik (*Autogenic Trainning*) yang dilakukan 1 kali sehari dalam waktu 15 menit selama 3 hari pada Mbah. N dan Mbah. S didapatkan penurunan skala nyeri dari skala 4 menjadi 2.

Simpulan penelitian menunjukkan pada lansia dengan hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut dapat diterapkan latihan autogenik dengan indikasi pasien dengan nyeri dan sulit tidur. Disarankan bagi pasien untuk tetap melakukan penerapan latihan autogenik (*Autogenic Trainning*) setiap hari agar nyeri berkurang.

Kata kunci : Hipertensi, Nyeri, Latihan Autogenik