

ABSTRAK

Nyeri akut merupakan masalah yang sering dikeluhkan oleh penderita hipertensi. Nyeri akut dapat menimbulkan ketidaknyamanan dan menghambat aktivitas, sehingga perlu penanganan seperti relaksasi otot progresif. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui keefektifan relaksasi otot progresif pada penderita hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut.

Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus dengan melakukan asuhan keperawatan kepada pasien meliputi pengkajian, diagnosa, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan lembar pengkajian keperawatan gerontik, wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan data rekam medis.

Hasil study kasus setelah dilakukan penerapan teknik relaksasi otot progresif pada pasien hipertensi selama 1 sesi dalam 1 hari selama 3 hari. Pada kedua pasien hipertensi didapatkan satu diagnosa prioritas yakni nyeri akut. Setelah dilakukan tindakan keperawatan 3x24 jam masalah nyeri akut dapat teratasi dengan kriteria hasil kontrol nyeri dapat meningkat dari 3 menjadi 5, indikator menggambarkan mengenali kapan terjadinya nyeri, menggunakan tindakan pengurangan nyeri tanpa analgesik.

Simpulan dari penerapan Relaksasi otot progresif yaitu pasien mampu mengontrol nyeri kepala, mampu beraktivitas dengan baik, dan mampu bersikap sosial dengan baik. Disarankan untuk tenaga keperawatan agar mampu menerapkan intervensi tambahan seperti teknik relaksasi otot progresif di ruangan rawat inap.

Kata kunci: Hipertensi, Nyeri akut, Teknik Relaksasi Otot Progresif