

ABSTRAK

Hipertensi tidak memiliki gejala khusus, gejala yang dialami antara lain pusing atau nyeri akut pada kepala. Nyeri kepala terjadi akibat adanya gangguan sirkulasi darah di otak sehingga menimbulkan nyeri kepala. Teknik relaksasi napas dalam merupakan terapi dengan mengatur pernapasan dalam dan napas lambat dengan maksimal kemudian dihembuskan secara perlahan yang bermanfaat menurunkan nyeri kepala. Teknik relaksasi napas dalam merangsang tubuh melepaskan opioid endogen yaitu endorfin dan enkefalin. Dimana zat tersebut merupakan zat alami yang diproduksi oleh tubuh yang bermanfaat menurunkan intensitas nyeri. Tujuan karya ilmiah akhir ini menggambarkan analisis praktik keperawatan pada pasien *Hipertensi* dengan masalah keperawatan nyeri Akut di Klinik As-Sakinah Tamansari Tegalsari Banyuwangi

Desain penelitian ini menggunakan desain study kasus melalui asuhan keperawatan pada dua pasien yang mengalami hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut serta melakukan pengkajian, diagnosis, rencana tindakan, tindakan keperawatan dan evaluasi. Metode pengumpulan data dilakukan dengan wawancara dan observasi langsung.

Hasil pengkajian pada Tn M dan Ny S mengalami nyeri dengan skala 5 sehingga intervensi yang dilakukan adalah penerapan teknik relaksasi napas dalam 1x selama 3 hari. Evaluasi didapatkan pada klien Tn M dan Ny. S skala nyeri berkurang menjadi 1. Hasil dari penerapan teknik relaksasi napas dalam terbukti menurunkan skala nyeri pada klien yang mengalami *Hipertensi*.

Simpulan hasil penelitian menunjukkan metode penerapan teknik relaksasi napas dalam dapat dijadikan cara efektif untuk menurunkan skala nyeri kepala hipertensi, diharapkan semua penderita terutama untuk lansia dapat mengoptimalkan penerapan pengobatan non farmakologi agar memperoleh hasil maksimal.

Kata kunci: *Hipertensi*, nyeri Akut, nafas dalam