

ABSTRAK

PENERAPAN YOGA PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI KRONIS DI DESA JAMBU BURNEH KABUPATEN BANGKALAN

Lanjut usia rentan mengalami perubahan, salah satunya pada sistem kardiovaskuler dengan penyakit yang sering terjadi berupa hipertensi. Salah satu gejala yang dapat mempengaruhi terjadinya hipertensi adalah nyeri kepala. Tujuan penelitian ini menerapkan intervensi yoga pada lansia dengan hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri kronis di Desa Jambu Burneh kabupaten Bangkalan.

Desain penelitian ini jenis kualitatif dengan pendekatan studi kasus, sampel yang digunakan 2 pasien hipertensi. Metode pengumpulan data melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik dan dokumentasi dengan menggunakan format asuhan keperawatan gerontik. Diagnosa, intervensi dan implementasi asuhan keperawatan menggunakan Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI), Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) serta Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI).

Dari 2 responden yang melakukan terapi Yoga didapatkan hasil, setelah dilakukan terapi Yoga, skala nyeri menurun dari skala nyeri lima menjadi skala nyeri dua pada pasien pertama dan skala nyeri enam menurun menjadi skala nyeri tiga pada pasien kedua.

Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa Yoga dapat membantu menurunkan Hipertensi pada lansia dengan nyeri kronis apabila terapi tersebut dapat dijalankan sesuai Standart Operasional Prosedur (SOP).

Kata Kunci : Lansia, Hipertensi dan Yoga