

ABSTRAK

Lansia merupakan usia yang beresiko tinggi terhadap penyakit degeneratif, salah satunya adalah hipertensi. Kondisi yang paling umum dijumpai pada lansia hipertensi yaitu nyeri, dimana lansia merasakan ketidaknyamanan dan merasa sulit tidur karena nyeri yang dirasakan. Perlu adanya penanganan nonfarmakologi seperti pemberian *brisk walking exercise*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan *brisk walking exercise* pada lansia hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut.

Desain penelitian menggunakan metode studi kasus dan subjek yang digunakan adalah dua lansia hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut. Dalam penelitian dilakukan *brisk walking exercise* dengan durasi 20 menit selama tiga hari. Penelitian ini dilakukan di Pos Lansia Bulak Setro IV Surabaya menggunakan metode pengumpulan data meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi, implementasi dan evaluasi. Instrumen yang digunakan adalah wawancara, observasi dan pengkajian nyeri.

Hasil penelitian didapatkan pengkajian pada 2 pasien mengatakan nyeri kepala dengan diagnosa keperawatan nyeri akut. Setelah dilakukan implementasi selama 3 hari didapatkan hasil evaluasi data skala nyeri awal Tn.P yaitu skala 7 menjadi skala 2 sedangkan pada Ny.A dari skala 6 menjadi skala 1. Kedua pasien mengalami penurunan skala nyeri pada hari pertama.

Penerapan *brisk walking exercise* efektif dapat memperlancar sirkulasi darah dan menurunkan stres sehingga dapat menurunkan tingkat nyeri yang signifikan. Perawat diharapkan dapat memberikan terapi tersebut sesuai standar operasional prosedur pada pasien maupun keluarga sehingga dapat melakukan secara mandiri.

Kata Kunci: Hipertensi, Nyeri Akut, *Brisk Walking Exercise*