

## ABSTRAK

Sebagian besar lansia yang mengalami hipertensi mengalami nyeri kepala, dan apabila hal ini tidak segera ditangani dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan terapi relaksasi nafas dalam pada pasien lansia dengan hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di Posyandu Lansia Wulan Erma Menanggal Surabaya.

Desain penelitian karya ilmiah ini menggunakan metode kasus dengan subyek yang digunakan adalah 2 responden yang memiliki masalah keperawatan nyeri akut dengan diagnosa hipertensi dan pengukuran tingkat nyeri peneliti menggunakan skala numerik. Penelitian ini dilakukan di Posyandu Lansia Wulan Erma Menanggal Surabaya selama 4 hari dengan metode pengumpulan data meliputi pengkajian, menentukan diagnosa, menentukan intervensi keperawatan, melaksanakan implementasi dan melakukan evaluasi.

Hasil penelitian pada lansia hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut menunjukkan setelah diberikan terapi relaksasi nafas dalam sebanyak 1 kali sehari dengan waktu 10–15 menit yang dilakukan 4 kali selama 1 minggu dapat mengurangi tingkat nyeri pada lansia yang mengalami hipertensi. Hal ini dibuktikan saat dilakukan pengukuran tingkat nyeri pada Ny. N dan Ny. R sebelum dilakukan tindakan terapi relaksasi nafas dalam didapatkan hasil Ny. N dan Ny. R termasuk dalam nyeri akut (sedang), setelah diberikan terapi relaksasi nafas dalam selama 4 kali dalam 1 minggu tingkat nyeri Ny. N dan Ny. R menjadi nyeri ringan.

Penerapan terapi relaksasi nafas dalam dapat menurunkan tingkat nyeri akut pada penderita hipertensi. Perawat diharapkan dapat menerapkan dan menganjurkan penerapan terapi relaksasi nafas dalam untuk modifikasi dalam tindakan untuk mengatasi masalah nyeri akut.

**Kata Kunci :** Hipertensi, Terapi Relaksasi Nafas Dalam, Nyeri Akut