

ABSTRAK

Nyeri kepala hipertensi merupakan salah satu kondisi yang paling umum dijumpai pada lansia, dimana pada usia tersebut kondisi dan kemampuan fungsi tubuh mengalami penurunan. Penanganan nyeri kepala pada lansia merupakan hal yang perlu mendapatkan perhatian karena penanganan nyeri jika benar dan tepat, nyeri kepala hipertensi pada lansia dapat terkontrol, terhindar dari komplikasi. Tujuan penelitian ini adalah penerapan Terapi Senam Yoga Pada Lansia Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut di RT04 Mojoroto Kecamatan Balongpanggang Gresik.

Metode yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus melalui asuhan keperawatan dengan masalah keperawatan nyeri pada lansia hipertensi dengan melakukan pengkajian, penegakan diagnosis, rencana tindakan, tindakan keperawatan, dan evaluasi. Pengumpulan data yang dilakukan dengan menggunakan metode wawancara, dan observasi langsung.

Hasil dari penerapan senam yoga yang di lakukan satu kali/hari selama 7 hari berturut – turut dengan durasi 30 menit didapatkan hasil adanya penurunan skala nyeri yang bertahap pada kedua lansia, yang sebelumnya pada Tn. S skala nyeri 6 untuk Ny. R skala nyeri 7 setelah dilakukan terapi tersebut nyeri tengkuk kepala berkurang menjadi skala 1.

Penerapan senam yoga ini efektif dapat mengurangi nyeri tengkuk kepala yang dirasakan oleh lansia penderita hipertensi. Perawat diharapkan dapat memberikan teknik terapi senam yoga sesuai standar operasional prosedur (SOP) pada lansia maupun keluarga sehingga dapat melakukan terapi secara mandiri.

Kata kunci : Senam Yoga, Nyeri, Hipertensi