

ABSTRAK

Nyeri kepala merupakan gejala yang sering dikeluhkan penderita hipertensi adalah nyeri kepala yang mengganggu aktivitas. Penanganan yang dapat dilakukan dengan terapi Relaksasi Benson. Tujuan penulisan ini untuk mengetahui penerapan terapi Relaksasi Benson pada penderita hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di Wisma Melati Unit Pelaksana Terpadu Pelayanan Sosial Tresna Werdha Pasuruan.

Desain penelitian adalah studi kasus yang dilakukan pada Ny. L dengan masalah keperawatan nyeri akut. Penelitian dilakukan di Wisma Melati Unit Pelaksana Terpadu Pelayanan Sosial Tresna Werdha Pasuruan pada 13-17 bulan Juni 2017. Metode pengumpulan data menggunakan lembar pengkajian keperawatan gerontik dengan melakukan anamnese, pemeriksaan fisik serta observasi. Pengukuran skala nyeri klien menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS).

Hasil yang didapatkan setelah penerapan terapi Relaksasi Benson pada pasien yang dilakukan selama 3 hari yaitu pada hari pertama belum menunjukkan penurunan, namun pada hari kedua dan hari berikutnya menurun secara bertahap dari skala 5 menjadi 3.

Simpulan bahwa penerapan terapi Relaksasi Benson dalam menurunkan tingkat nyeri pada klien dengan hipertensi dapat dipertimbangkan dan dipergunakan sebagai terapi non farmakologis. Dengan harapan klien mampu menerapkan terapi Relaksasi Benson untuk menurunkan nyeri yang dialami klien secara mandiri ketika nyeri dirasakan.

Kata kunci : Nyeri Akut, Hipertensi, Terapi Relaksasi Benson