

## ABSTRAK

Nama : Dilla Nanjmi Amelia

Program Studi : Profesi Ners

Judul : Analisis Asuhan Keperawatan Hipertensi Pada Lansia  
Dengan Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap  
Penurunan Nyeri di PMKS Pesanggrahan Mojopahit  
Mojokerto

Pembimbing : Heri Tri Wibowo S.Kep.Ns.,M.Kes

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular disebut sebagai “*Silent Killer*”, Karena penyakit ini merupakan penyakit yang mengakibatkan kematian pada penderitanya yang secara umum mempunyai gejala nyeri bagian tengkuk leher, sakit kepala atau pusing. Beberapa faktor penyebab pada lansia yang erat kaitannya dengan proses penuaan, faktor keturunan, gaya hidup, kurang olahraga aktivitas terlalu berat. Tujuan penulisan karya ilmiah akhir nersini yaitu untuk menganalisis asuhan keperawatan pemberian terapi relaksasi otot progresif untuk mengatasi nyeri akut pada pasien hipertensi di panti werdhamojopahit. Karya ilmiah ini adalah *descriptive analytic* dengan pendekatan studi kasus yang data di peroleh dari hasil observasi, wawancara, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi. Respondennya adalah 3 pasien penderita hipertensi. Setelah dilakukan asuhan keperawatan dengan terapi relaksasi otot progresifroses selama waktu  $\pm 10$  menit dalam 3hari berturut-turut. Hasil dari pemberian terapi relaksasi otot progresif ini nyeri yang dirasakan klien 1, 2 dan 3 menurun secara bertahap. Karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi salah satu dasar untuk di jadikan panduan dalam pelaksanaan terapi nonfarmakologis yaitu penerapan terapi relaksasi otot progresif untuk pasien lansia hipertensi dengan diagnosa nyeri akut.

Kata kunci: Hipertensi, Nyeri, Relaksasi Otot Progresif

## ABSTRACT

Nama : Dilla Najmi Amelia

Program Study: Profesi Ners

Judul : Analysis of Gerontic Hypertension Nursing Care in the Elderly  
Using Progressive Muscle Relaxation Therapy to Reduce Pain at  
PMKS Pesanggrahan Mojopahit Mojokerto

Pembimbing : Heri Tri Wibowo S.Kep.Ns.,M.Kes

Hypertension is a non-communicable disease called “Silent Killer”, because this disease is a disease that causes death in sufferers who generally have symptoms of pain in the nape of the neck, headache or dizziness. Several causal factors in the elderly are closely related to the aging process, hereditary factors, lifestyle, lack of exercise, too heavy activity. The aim of writing Nersini’s final scientific paper is to analyze nursing care providing progressive muscle relaxation therapy to treat acute pain in hypertensive patients at nursing homes in Jopahit. This scientific work is descriptive analytic with a case study approach in which data is obtained from observations, interviews, physical examinations, and documentation. The respondents were 3 patients suffering from hypertension. After carrying out nursing care with progressive muscle relaxation therapy, the process lasts for  $\pm$  10 minutes for 3 consecutive days. The result of giving progressive muscle relaxation therapy is that the pain felt by clients 1, 2 and 3 decreases gradually. It is hoped that this scientific work can become a basis to be used as a guide in the implementation of non-pharmacological therapy, namely the application of progressive muscle relaxation therapy for elderly hypertensive patients diagnosed with acute pain.

Keywords : Hypertension, Pain, Progressive Muscle Relaxation