

## **ABSTRAK**

### **ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN MASALAH GANGGUAN RASA NYAMAN NYERI PADA KASUS HIPERTENSI DI RSI SAKINAH MOJOKERTO**

**Oleh :  
WINDA APRILIA ARINDHITA**

Hipertensi atau dikenal sebagai penyakit darah tinggi merupakan suatu keadaan dimana terjadi ketika tekanan darah melampaui batas normal 120/80 mmHg. Tujuan penelitian ini adalah untuk menggambarkan penerapan teknik relaksasi otot progresif dalam menurunkan rasa nyeri pada pasien hipertensi. Desain penelitian menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan case study research (studi kasus) di ruang sunan bonang Rumah Sakit RSI Sakinah Mojokerto. Penelitian ini dilakukan pada bulan April 2024. Subjek dalam kasus ini adalah dua partisipan dengan diagnosis medis yang sama yaitu hipertensi yang mengalami masalah gangguan rasa nyaman nyeri, fokus studi pada kasus ini adalah penurunan tingkat nyeri pada pasien hipertensi. Pengambilan data dengan pengkajian, wawancara, informed consent, dokumentasi. Instrumen pengumpulan data menggunakan format asuhan keperawatan, SOP teknik relaksasi otot progresif, lembar observasi. Hasilnya pasien mampu melakukan teknik relaksasi otot progresif, pada relaksasi otot progresif dapat mengurangi distress secara signifikan. Terlihat penurunan skala nyeri pada klien 1 dan klien 2 dalam rentang 1-3, dan penurunan tekanan darah hasilnya klien 1 140/88mmHg dan klien 2 131/80mmHg. Penerapan relaksasi otot progresif dapat mengoptimalkan fase kontraksi dan dapat mengurangi tekanan dibandingkan dengan relaksasi pernafasan dalam. Namun, keduanya mampu mengurangi tekanan sistolik dan diastolic pada pasien hipertensi. Saran bagi penulis diharapkan dapat menambah wawasan dan sebagai sarana untuk menerapkan ilmu dalam bidang keperawatan tentang penerapan teknik relaksasi otot progresif pada pasien hipertensi.

**Kata Kunci : Hipertensi, Nyaman Nyeri**

## **ABSTRACT**

### **NURSING CARE WITH THE PROBLEM OF PAIN DISCOMFORT IN HYPERTENSION CASES AT RSI SAKINAH MOJOKERTO**

**By :**

**WINDA APRILIA ARINDHITA**

Hypertension or known as high blood pressure is a condition that occurs when blood pressure exceeds the normal limit of 120/80 mmHg. The purpose of this study was to describe the application of progressive muscle relaxation techniques in reducing pain in hypertensive patients. The research design used descriptive methods with a case study research approach (case study) in the sunan bonang room of the RSI Sakinah Mojokerto Hospital. This research was conducted in April 2024. The subjects in this case were two participants with the same medical diagnosis of hypertension who experienced the problem of pain comfort disorders, the focus of study in this case was a decrease in pain levels in hypertensive patients. Data collection with assessment, interviews, informed consent, documentation. Data collection instruments using nursing care formats, SOP for progressive muscle relaxation techniques, observation sheets. The result is that the patient is able to perform progressive muscle relaxation techniques, progressive muscle relaxation can significantly reduce distress. There was a decrease in the pain scale in client 1 and client 2 in the range of 1-3, and a decrease in blood pressure as a result, client 1 140/88mmHg and client 2 131/80mmHg. The application of progressive muscle relaxation can optimize the contraction phase and can reduce pressure compared to deep breathing relaxation. However, both can reduce systolic and diastolic pressure in hypertensive patients, Suggestions for writers are expected to add insight and as a means to apply knowledge in the field of nursing about the application of progressive muscle relaxation techniques in hypertensive patients.

**Keywords: Hypertension, Comfortable Pain**