

ABSTRACT

Name : Fikhi Fahmi
Study Program : Professional Nursing Program (Ners)
Title : Analysis of Nursing Care for Elderly Patients with Hypertension Experiencing Acute Pain Nursing Problems through Thera Exercise Intervention at Prigen Public Health Center
Supervisor : Emyk Windartik, S.Kep.Ns.,M.Kes

Hypertension is one of the health problems that is often accompanied by headache complaints due to increased vascular pressure. Non-pharmacological management such as thera exercise therapy can be an alternative to reduce pain and blood pressure. This paper aims to analyze nursing care for hypertensive patients with acute pain problems through the provision of thera exercise therapy. This study used a case study method on Mrs. S, 55 years old, with a medical diagnosis of Grade 2 Hypertension at Prigen Community Health Center, Pasuruan Regency. Nursing care was carried out through the stages of assessment, diagnosis, planning, implementation, and evaluation. The intervention was carried out by giving thera exercise for 30 minutes for 3 consecutive days. The mechanism of this therapy stimulates vasoconstriction through pressure on the skeletal muscles and abdomen due to movement during exercise which causes compression of blood vessels, thereby increasing arterial pressure and causing hemostasis by stimulating the sympathetic nerves in the brain medulla. Inhibition of the sympathetic nervous system will cause a decrease in cardiac output and a decrease in peripheral resistance, resulting in vasodilation. The combination of vasodilation and decreased cardiac output will lead to a decrease in blood pressure. The results showed a significant decrease in headache scale and blood pressure after the intervention. The data showed that the average headache decreased from moderate category (scale 6) to mild (scale 2), while systolic and diastolic blood pressure also experienced a significant decrease after the therapy was given. Thus, thera exercise therapy has proven to be effective as a complementary intervention in reducing headaches and lowering blood pressure in hypertensive patients. It is recommended that this therapy be applied as part of nursing care to improve comfort and quality of life for hypertensive patients.

Keywords: Hypertension, Elderly, Acute Pain, Thera Exercise.

ABSTRAK

Nama : Fikhi Fahmi
Program Studi : Profesi Ners
Judul : Analisis Asuhan Keperawatan pada Lansia Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut melalui Intervensi Senam Tera di Puskesmas Prigen
Pembimbing : Emyk Windartik, S.Kep.Ns.,M.Kes

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering disertai keluhan nyeri kepala akibat peningkatan tekanan vaskular. Penatalaksanaan nonfarmakologis seperti terapi senam terra dapat menjadi alternatif untuk menurunkan nyeri dan tekanan darah. Penulisan ini bertujuan menganalisis asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah nyeri akut melalui pemberian terapi senam terra. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus pada Ny. S usia 55 tahun dengan diagnosis medis Hipertensi Grade 2 di Puskesmas Prigen Kabupaten Pasuruan. Asuhan keperawatan dilakukan melalui tahap pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Intervensi dilakukan dengan pemberian senam terra selama 30 menit selama 3 hari berturut-turut. Mekanisme terapi ini merangsang vasokonstriktor melalui penekanan pada otot rangka dan abdomen akibat Gerakan saat olahraga yang menyebabkan penekanan pembuluh darah sehingga meningkatkan tekanan arteri dan menyebabkan hemostatis dengan menstimulasi saraf simpatik di medulla otak sehingga terhambatnya system saraf simpatis akan menyebabkan penurunan curah jantung dan penurunan tahanan perifer sehingga terjadinya vasodilatasi. Gabungan vasodilatasi dan penurunan curah jantung akan menyebabkan penurunan tekanan darah. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan signifikan pada skala nyeri kepala dan tekanan darah setelah pemberian intervensi. Data menunjukkan bahwa rata-rata nyeri kepala menurun dari kategori sedang (skala 6) menjadi ringan (skala 2), sementara tekanan darah sistolik dan diastolik juga mengalami penurunan yang bermakna setelah terapi diberikan. Dengan demikian, terapi senam terra terbukti efektif sebagai intervensi komplementer dalam mengurangi nyeri kepala dan menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Disarankan agar terapi ini dapat diterapkan sebagai bagian dari asuhan keperawatan untuk meningkatkan kenyamanan dan kualitas hidup pasien hipertensi.

Kata kunci: Hipertensi, Lansia, Nyeri Akut, Senam Tera.