

ABSTRAK

Ifta Alfania Aufa (2025). Penerapan Teknik Manajemen Nyeri Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Pekan Heran. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi DIII Keperawatan Diluar Kampus Utama Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau. Pembimbing (I) Ns. Deswita, M.Kep., (II) Ns. Sety Julita, M.Kep.

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang banyak ditemukan di masyarakat dan menjadi penyebab kematian terbanyak di dunia. Salah satu dampak yang ditimbulkan adalah nyeri, baik sebagai gejala langsung seperti nyeri kepala, maupun sebagai akibat dari komplikasi hipertensi. Penatalaksanaan nyeri menjadi penting dalam mencegah komplikasi lebih lanjut. Tujuan penelitian ini untuk mendeskripsikan penerapan teknik manajemen nyeri berupa relaksasi napas dalam dan aromaterapi dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian studi kasus dengan pendekatan deskriptif yang dilakukan terhadap dua orang pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut, selama lima hari berturut-turut dari tanggal 14 hingga 18 April 2025. Intervensi dilakukan dengan pemberian teknik relaksasi napas dalam dan aromaterapi selama ± 20 menit per hari. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian ini yaitu Subjek 1 menunjukkan penurunan tekanan darah dari 157/90 mmHg menjadi 137/82 mmHg. Subjek 2 menunjukkan penurunan dari 159/98 mmHg menjadi 134/80 mmHg. Kesimpulan nya teknik manajemen nyeri berupa relaksasi napas dalam dan aromaterapi terbukti efektif membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Disarankan agar teknik ini diterapkan secara rutin sebagai bagian dari intervensi keperawatan nonfarmakologis.

Kata kunci: Hipertensi, Nyeri, Relaksasi Napas Dalam, Aromaterapi

ABSTRACT

Ifta Alfania Aufa (2025). Application of Pain Management Techniques in Hypertensive Patients in the Working Area of UPTD Pekan Heran Public Health Center. Case Study Scientific Paper, Diploma III Nursing Program Outside Main Campus, Department of Nursing, Poltekkes Kemenkes Riau. Supervisors: (I) Ns. Deswita, M.Kep., (II) Ns. Sety Julita, M.Kep.

Hypertension is a non-communicable disease commonly found in the community and is one of the leading causes of death worldwide. One of its impacts is pain, either as a direct symptom such as headache or as a result of hypertension-related complications. Pain management is important to prevent further complications. This study aimed to describe the application of pain management techniques through deep breathing relaxation and aromatherapy in lowering blood pressure in hypertensive patients. This research used a case study design with a descriptive approach conducted on two hypertensive patients experiencing acute pain nursing problems for five consecutive days, from April 14 to 18, 2025. The intervention consisted of deep breathing relaxation and aromatherapy for approximately 20 minutes per day. Blood pressure was measured before and after each intervention. The results showed that Subject 1 experienced a decrease in blood pressure from 157/90 mmHg to 137/82 mmHg, and Subject 2 from 159/98 mmHg to 134/80 mmHg. In conclusion, pain management techniques such as deep breathing relaxation and aromatherapy proved effective in helping reduce blood pressure in hypertensive patients. It is recommended that these techniques be routinely implemented as part of non-pharmacological nursing interventions.

Keywords: Hypertension, Pain, Deep Breathing Relaxation, Aromatherapy