

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI YANG
MENGALAMI NYERI KEPALA DENGAN MENGGUNAKAN
TEKNIK RELAKSASI AUTOGENIK DI RUANG MELATI
RSUD HARYOTO LUMAJANG**

KARYA TULIS ILMIAH AKHIR



Oleh :

Yuanda Marditia Adilla

NIM: 23101132

**PROGRAM STUDI PROESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER**

2024

HALAMAN PENGESAHAN

ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI YANG MENGALAMI NYERI KEPALA DENGAN MENGGUNAKAN TEKNIK RELAKSASI AUTOGENIK DI RUANG MELATI RSUD HARYOTO LUMAJANG

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Oleh:

Yuanda Marditia Adilla

NIM. 23101112

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dalam ujian sidang karya ilmiah akhir ners pada tanggal 08 Bulan Oktober Tahun 2024 dan telah diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk meraih gelar Ners pada program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr Soebandi Jember

DEWAN PENGUJI

Penguji 1 : Ns. Yuni Puspita Dewi, S.Kep
NIP. 198106122006042023

()

Penguji 2 : Hendra Dwi Cahyono, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIDN. 0724099204

()

Penguji 3 : Achmad Sya'id, S.Kp.,Ns.,M.Kep
NIDN. 0701068103

()

Ketua Program Studi Profesi Ners



Emi Elvira Astuti, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIDN. 0720028703

ABSTRAK

Adilla. Yuanda. Marditia*, sya'id. Achmad**.2024. **asuhan keperawatan pada pasien hipertensi yang mengalami nyeri kepala dengan menggunakan teknik relaksasi autogenik di ruang Melati rsud haryoto lumajang.** Karya Ilmiah Akhir. Program Studi Ners Universitas dr. Soebandi Jember.

Pendahuluan: Nyeri kepala pada hipertensi disebut sebagai nyeri kepala vaskuler, karena disebabkan oleh adanya gangguan vaskuler atau gangguan kontraktilitas pembuluh darah di kepala. Penyebab terjadinya hipertensi pada lansia disebabkan oleh banyak faktor yang erat kaitannya dengan proses menua, faktor keturunan, dan gaya hidup. Stress merupakan salah satu penyebab paling utama terjadinya hipertensi. Seseorang yang mengalami stress biasanya akan mengalami ketegangan sehingga menyebabkan arteri menyuplai fungsi organ-organ penting akan tekanan darah meningkat. Terapi relaksasi autogenic mungkin menjadi alternatif untuk mengatasi nyeri kepala dapat menimbulkan efek relaksasi sehingga dapat menurunkan nyeri kepala. **Metode:** penelitian ini dilakukan dengan cara melakukan observasi pada klien dengan nyeri kepala yang diberikan intervensi selama 3 kali. **Hasil dan Pembahasan:** setelah dilakukan intervensi terapi relaksasi autogenic selama 3x24 jam nyeri kepala berkurang Tekanan darah menurun. Dan pasien merasakan kenyamanan Ketika diberikan relaksasi autogenic. Mekanisme relaksasi autogenic dalam menurunkan nyeri yaitu secara logis berpengaruh pada kerja saraf otonom untuk mengeluarkan neurotransmitter endorphen, Dimana hormon endorphen dapat meningkatkan relaksasi dan berpengaruh mengurangi nyeri. **Kesimpulan:** dari hasil implementasi selama 3 kali dilakukan didapatkan bahwa pemberian intervensi terapi relaksasi autogenic berpengaruh terhadap Tingkat nyeri pada pasien hipertensi yang mengalami nyeri kepala.

Kata Kunci : Hipertensi, Relaksasi Autogenik, Nyeri kepala

*Peneliti

** Pembimbing