

**ASUHAN KEPERAWATAN HIPERTENSI DENGAN INTERVENSI  
TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF DAN AROMA TERAPI  
LAVENDER TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI  
PADA TN. R DI PANTI GRIYA LANSIA GARUT**

**ABSTRAK**

Mahasiswa Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Keperawatan

Universitas Bhakti Kencana

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu peningkatan abnormal tekanan darah dalam pembuluh darah arteri atau merupakan peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran selang waktu lima menit dalam keadaan cukup tenang/istirahat. Hipertensi merupakan masalah kesehatan dunia yang perlu ditangani secara serius karena angka prevalensi dan tingkat keganasan berupa kecacatan ataupun kematian yang tinggi. Hipertensi disebut dengan istilah silent killer karena hipertensi jarang menyebabkan gejala dan secara diam diam dapat menyebabkan kematian pada penderita. Hipertensi diderita oleh banyak orang dari berbagai kelompok yang berbeda. Maka dari itu, penyakit hipertensi ini menjadi masalah kesehatan yang penting untuk lebih diperhatikan lagi bagi masyarakat (Pratiwi, 2020). Tujuan Mampu melaksanakan asuhan keperawatan secara komprehensif pada lansia yang mengalami nyeri akibat hipertensi dengan intervensi keperawatan teknik relaksasi otot progresif dan aroma terapi lavender. Implementasi nyeri yang telah dilakukan selama 3 hari berturut-turut. Klien mengatakan nyeri berkurang, nyeri yang dirasakan seperti tertimpa beban berat juga berkurang, terlihat klien lebih rileks dan nyaman, serta tampak bugar. Setelah dilakukan implementasi 3 kali pertemuan kemudian dilakukan evaluasi, hasilnya menunjukkan adanya penurunan skala nyeri dari 6 menjadi 4 yaitu penurunan nyeri dari sedang ke ringan, pola tidur membaik dari 4-5 jam menjadi 6-8 jam, aktivitas membaik klien dapat melakukan aktifitas secara bertahap dan mandiri.

Kata Kunci : Asuhan Keperawatan, Hipertensi, Relaksasi Otot, Aroma Therapy