

**ANALISIS PENERAPAN TEHNIK TARIK NAFAS
DALAM UNTUK MENURUNKAN RASA NYERI PADA
PASIEN HIPERTENSI DI RS. X KOTA BEKASI**

KARYA ILMIAH AKHIR



Oleh :

ENI NURAENI

NIM. 202206061

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MITRA
KELUARGA**

2023

ABSTRAK

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Keluarga
Jurusan Keperawatan Program Studi Profesi Ners
Karya Ilmiah Akhir Ners, 2023
Eni Nuraeni

ANALISIS PENERAPAN TEHNIK TARIK NAFAS DALAM UNTUK MENURUNKAN RASA NYERI PADA PASIEN HIPERTENSI DI RS. X KOTA BEKASI

Latar Belakang: Hipertensi menjadi masalah kesehatan di seluruh belahan dunia dan sebagai salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular. Hipertensi juga disebut sebagai penyakit tidak menular, karena hipertensi tidak ditularkan dari orang ke orang. Penyakit tidak menular adalah penyakit kronis yang tidak dapat ditularkan ke orang lain. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan Untuk mengetahui efektifitas pemberian terapi tehnik Tarik nafas dalam dengan diagnosa hipertensi. **Metode:** Penelitian ini adalah penelitian Studi kasus dengan desain deskriptif dan pengambilan sampelnya menggunakan tehnik total sampling. **Hasil:** Hasil penelitian menggunakan metode analisa studi kasus dengan hasil yang didapatkan Hasil studi kasus bahwa dari 3 subyek berumur 60 tahun keatas dikategorikan lansia, karakteristik subyek perempuan berjumlah 2 orang dan subyek laki-laki berjumlah 1 orang dengan hasil nilai skala nyeri sebelum dilakukan tehnik relaksasi nafas dalam subyek satu 5, subyek dua 4 dan subyek tiga 5. dan sesudah dilakukan terapi tehnik relaksasi nafas dalam mendapatkan hasil subyek satu dengan skala 3, subyek dua dengan skala 3 dan subyek 3 dengan skala 3. **Kesimpulan:** Dapat disimpulkan bahwa penerapan tehnik relaksasi nafas dalam yang dilakukan langsung oleh peneliti kepada 3 subyek selama 3 hari memperoleh gambaran adanya penurunan nilai skala nyeri pada pasien hipertensi dengan nyeri kepala.

Kata Kunci: Pasien Hipertensi, Nyeri kepala, tehnik relaksasi nafas dalam.

ABSTRACT

Mitra Keluarga College of Health Sciences

Department of Nursing Professional Study Program Nurses

Nurses Final Scientific Work, 2023

Eni Nuraeni

ANALYSIS OF THE APPLICATION OF DEEP BREATHING TECHNIQUES TO REDUCE PAIN IN HYPERTENSIVE PATIENTS IN HOSPITALS. X BEKASI CITY

Background: Hypertension is a health problem in all parts of the world and is a major risk factor for cardiovascular disease. Hypertension is also referred to as a non-communicable disease, because hypertension is not transmitted from person to person. Non-communicable diseases are chronic diseases that cannot be transmitted to other people. **Purpose:** This study aims to determine the effectiveness of giving deep breathing technique therapy with a diagnosis of hypertension. **Methods:** This research is a case study research with a descriptive design and the sample is taken using a total sampling technique. **Results:** The results of the study used the case study analysis method with the results obtained. The results of the case study were that of the 3 subjects aged 60 years and over who were categorized as elderly, the characteristics of female subjects were 2 people and 1 male subject with the results of the pain scale value before the relaxation technique was carried out breath in subject one 5, subject two 4 and subject three 5. and after doing breathing relaxation technique therapy in getting results subject one with a scale of 3, subject two with a scale of 3 and subject 3 with a scale of 3. **Conclusion:** It can be concluded that the application of relaxation techniques deep breathing carried out directly by the researcher on 3 subjects for 3 days obtained an illustration of a decrease in the value of the pain scale in hypertensive patients with headaches.

Keywords: Hypertensive patients, Headache, deep breathing relaxation technique.