

**PENGARUH PEMBERIAN TEKNIK RELAKSASI  
AUTOGENIK PADA PASIEN HIPERTENSI  
DENGAN NYERI KEPALA DI RUANG  
ICU RSD KALISAT JEMBER**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**



**Disusun Oleh :  
Yesi Eka Qurnia, S.Kep  
NIM. 24101161**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
JEMBER  
2025**

**PENGARUH PEMBERIAN TEKNIK RELAKSASI  
AUTOGENIK PADA PASIEN HIPERTENSI  
DENGAN NYERI KEPALA DI RUANG  
ICU RSD KALISAT JEMBER**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

Diajukan guna melengkapi tugas akhir dan memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan Pendidikan di Program Studi Profesi Ners dan Mencapai Gelar Ners (Ns)



**Disusun Oleh :  
Yesi Eka Qurnia, S.Kep  
NIM. 24101161**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
JEMBER  
2025**

## LEMBAR PENGESAHAN

### PENGARUH PEMBERIAN TEKNIK RELAKSASI AUTOGENIK PADA PASIEH HIPERTENSI DENGAN NYERI KEPALA DI RUANG ICU RSD KALISAT JEMBER

#### KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Oleh :  
Yesi Eka Qurnia, S.Kep  
NIM. 24101161

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dalam ujian sidang karya ilmiah akhir ners pada tanggal 15 Agustus 2025 dan telah di terima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk meraih gelar Ners (Ns) pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember

#### DEWAN PENGUJI

- Penguji 1 : Rida Darotin, S.Kep.,Ns., M.Kep  
NIDN. 0718078604
- Penguji 2 : Akhmad Miftahul Huda, S.Kep.,Ns.  
NIP. 199407042019031008
- Penguji 3 : Eky Madyaning Nasiti, S.Kep.,Ns., M.Kep  
NIDN. 0720059104

(  )  
(  )  
(  )

Ketua Program Studi Profesi Ners



(Emi Eliya Astutik, S.Kep.,Ns.,M.Kep.)  
NIK. 19870220 201601 2 102

## ABSTRAK

### PENGARUH PEMBERIAN TEKNIK RELAKSASI AUTOGENIK PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN NYERI KEPALA DI RUANG ICU RSD KALISAT JEMBER

Yesi Eka Qurnia\*, Eky Madyaning Nastiti\*\*

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi  
Jember, email: [info@uds.ac.id](mailto:info@uds.ac.id)

\*Korespondensi Penulis: [@gmail.com](mailto:@gmail.com)

\*\*Korespondensi Penulis:

Received:

Accepted:

Published:

---

#### Abstrak

**Pendahuluan:** Penyakit hipertensi ditandai dengan adanya peningkatan tekanan darah, disertai nyeri pada area kepala. Nyeri pada area kepala diakibatkan adanya kontraktilitas pembuluh darah pada area kepala. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui adanya pengaruh pemberian teknik relaksasi autogenik pada pasien hipertensi dengan nyeri kepala di Ruang ICU RSD Kalisat Jember. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian dengan studi kasus yang dilakukan di ICU RSD Kalisat Jember pada tanggal 23 Desember 2024 - 25 Desember 2024 dan dilakukan di pagi hari jam 08.00 WIB dengan menggunakan 2 subjek penelitian. Penelitian ini dilakukan analisa data menggunakan analisa deskriptif pada masalah keperawatan nyeri akut dengan intervensi pemberian terapi relaksasi autogenik selama 30 menit. **Hasil:** Didapatkan hasil penurunan tingkat nyeri pada Tn.S dengan skala nyeri awal 5 atau sedang menjadi skala nyeri 2 atau kecil, sedangkan pada Ny.M dengan skala nyeri awal 4 atau sedang menjadi skala nyeri 2 atau ringan. **Diskusi:** Pemberian intervensi relaksasi autogenik selama 30 menit dapat membantu tubuh untuk membawa perintah melalui auto sugesti untuk rileks sehingga dapat mengendalikan tekanan darah, denyut jantung, nyeri kepala dan suhu tubuh. **Kesimpulan:** Pemberian terapi relaksasi autogenik memiliki pengaruh terhadap penurunan skala nyeri pada pasien hipertensi dengan nyeri kepala

**Kata Kunci:** Hipertensi, Nyeri Kepala, Relaksasi Autogenik