

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN MELALUI INTERVENSI
RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH PADA KLIEN TN. B DAN TN. S
DENGAN DIAGNOSA MEDIS HIPERTENSI DI
KLINIK MORIAH TANGERANG**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



Oleh:

GRACE ESTHER MEYLITA SIMANJUNTAK

234291517017

**UNIVERSITAS NASIONAL
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
JAKARTA
2024**

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN MELALUI INTERVENSI
RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH PADA KLIEN TN. B DAN TN. S
DENGAN DIAGNOSA MEDIS HIPERTENSI DI
KLINIK MORIAH TANGERANG**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Ners



Oleh:

GRACE ESTHER MEYLITA SIMANJUNTAK

234291517017

**UNIVERSITAS NASIONAL
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
JAKARTA
2024**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN MELALUI INTERVENSI
RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH PADA KLIEN TN. B DAN TN. S
DENGAN DIAGNOSA MEDIS HIPERTENSI DI
KLINIK MORIAH TANGERANG**

Oleh:

GRACE ESTHER MEYLITA SIMANJUNTAK

234291517017

Telah dipertahankan di hadapan penguji KIAN Program Studi Pendidikan
Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
Nasional pada Tanggal 27 Juli 2024

DEWAN PENGUJI

Pembimbing : Ns. Milla Evelianti S, S. Kep., MKM

(.....)

Penguji 1 : Ns. Naziyah S.Kep., M.Kep

(.....)

Penguji 2 : Ns. Indra, S.Kep., M.Kep

(.....)

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



[Handwritten Signature]

Dr. Dra. Retno Widowati, M.Si

HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM SIDANG

Judul KIAN : Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi Relaksasi Otot Progresif untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Klien Tn. B dan Tn. S dengan Diagnosa Medis Hipertensi di Klinik Moriah Tangerang

Nama Mahasiswa : Grace Esther Meylita Simanjuntak

NPM : 234291517017



HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH SIDANG KIAN

Judul KIAN : Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi Relaksasi Otot Progresif untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Klien Tn. B dan Tn. S dengan Diagnosa Medis Hipertensi di Klinik Moriah Tangerang

Nama Mahasiswa : Grace Esther Meylita Simanjuntak

NPM : 234291517017

Menyetujui,

Pembimbing : Ns. Milla Evelianti S, S. Kep., MKM ()

Penguji 1 : Ns. Naziyah S.Kep., M.Kep ()

Penguji 2 : Ns. Indra, S.Kep., M.Kep ()



PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Grace Esther Meylita Simanjuntak

NPM : 234291517017

Judul KIAN : Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi Relaksasi Otot Progresif untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Klien Tn. B dan Tn. S dengan Diagnosa Medis Hipertensi di Klinik Moriah Tangerang

Menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini adalah benar asli karya saya sendiri dan semua sumber yang baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Jakarta, 27 Juni 2024



Grace Esther Meylita S



KATA PENGANTAR

Segala puji dan puji syukur Saya panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karuniaNya sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) dengan judul “Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi Relaksasi Otot Progresif untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Klien Tn. B dan Tn. S dengan Diagnosa Medis Hipertensi di Klinik Moriah Tangerang”.

Saya menyadari bahwa penulisan KIAN ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya *Ridho Illahi*, dukungan, bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini dengan rendah hati dan rasa hormat yang besar Saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Prof. Dr. Dra. Retno Widowati, M.Si.
2. Ketua Program Studi Keperawatan Profesi Ners Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Ns. Naziyah S.Kep., M.Kep.
3. Ibu Ns. Milla Evelianti S, S. Kep., MKM selaku pembimbing yang telah memberikan masukan dan memberikan dorongan, saran dan ilmu dalam pembuatan Karya Ilmiah Akhir Ners saya.
4. Seluruh dosen dan staf karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah mendidik dan memfasilitasi proses pembelajaran di kampus FIKES UNAS.
5. Kepala dan seluruh karyawan Klinik Moriah yang telah memberikan kesempatan untuk saya melakukan Karya Tulis Ilmiah Ners.

6. Kepada Mama, Bapak, kedua adik, abang, kakak ipar dan kedua keponakan saya yang selalu memberikan dukungan doa dan semangat.
7. Kepada Rachel Oktaviany Pieter dan Yesica Lorensia sebagai teman yang selalu memberikan dukungan dan bantuan dalam doa pada saat mengerjakan KIAN.
8. Kepada kelompok “Teman Karyawan Ners” yang berisikan Bang Bobby, Kak Nadia, Mas Ahmad dan Bang Trio selalu memberikan hiburan dan dukungan pada saat kita semua mengerjakan KIAN dan stase keperawatan lainnya.
9. Kepada teman-teman semua yang tidak bisa disebutkan satu persatu namanya yang selalu memberikan waktu untuk mendengarkan curhatan saya hingga KIAN ini selesai.
10. Kepada *Youtube* dan *Spotify* yang selalu menemani saya saat pembuatan KIAN melalui lantunan lagu yang indah.
11. Kepada teman-teman *onlineku* yang selalu mau mendengarkan keluh kesahku saat mengerjakan KIAN.

Akhirnya saya sebagai makhluk yang tidak sempurna memohon maaf apabila kesalahan baik secara teknik, format ataupun isi dari KIAN saya. Harapan saya semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat.

Jakarta, 27 Juni 2024



Grace Esther Meylita S

ABSTRAK

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN MELALUI INTERVENSI RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA KLIEN TN. B DAN TN. S DENGAN DIAGNOSA MEDIS HIPERTENSI DI KLINIK MORIAH TANGERANG

Grace Esther Meylita Simanjuntak, Milla Evelianti Saputri

Latar Belakang: Hipertensi atau tekanan darah tinggi terjadi ketika tekanan di pembuluh darah terlalu tinggi di 140/90 mmHg atau lebih tinggi. Menurut data WHO bahwa prevalensi hipertensi di dunia sebanyak 22% dari total penduduk dunia. Adapun upaya yang dapat dilakukan untuk mengontrol atau menurunkan tekanan darah terbagi menjadi dua, yaitu dengan penatalaksanaan farmakologi dan non farmakologi. Terapi relaksasi otot progresif adalah terapi yang terpusat pada suatu aktivitas otot untuk menurunkan ketegangan pada otot dengan melakukan relaksasi agar rileks. Terapi relaksasi otot progresif bermanfaat untuk menurunkan resistensi perifer dan menaikkan elastisitas pembuluh darah sehingga dapat menurunkan tekanan darah secara langsung.

Tujuan: Menganalisis asuhan keperawatan melalui intervensi relaksasi otot progresif pada klien dengan diagnosa medis hipertensi

Implementasi: Tindakan keperawatan yang dilakukan kepada kedua klien dimulai selama 1 minggu (3 kali pertemuan) dengan memberikan intervensi relaksasi otot progresif. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa setelah dilakukan terapi relaksasi otot progresif didapatkan bahwa adanya penurunan tekanan darah setelah dilakukan terapi relaksasi otot progresif.

Simpulan dan Saran: pelaksanaan non-farmakologis dengan menerapkan terapi relaksasi otot progresif menunjukkan terbukti bahwa adanya penurunan tekanan darah. Terapi relaksasi otot progresif harus dilakukan pada saat keadaan tenang dan nyaman dalam posisi agar tidak terjadi eidera.

Kata Kunci: Hipertensi, Relaksasi Otot Progresif

Kepustakaan: 21 (2016-2022)

ABSTRACT

ANALYSIS OF NURSING CARE THROUGH PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION INTERVENTION TO REDUCE BLOOD PRESSURE FOR MR.B AND MR. S WITH MEDICAL DIAGNOSIS OF HYPERTENSION AT THE MORIAH TANGERANG CLINIC

Grace Esther Meylita Simanjuntak, Milla Evelianti Saputri

Background: Hypertension or high blood pressure occurs when the pressure in the blood vessels is too high at 140/90 mmHg or higher. According to WHO data, the prevalence of hypertension in the world is 22% of the total world population. The efforts that can be made to control or reduce blood pressure are divided into two, which is pharmacological and non-pharmacological management. Progressive muscle relaxation therapy is therapy that focuses on muscle activity to reduce tension in the muscles by relaxing to relax. Progressive muscle relaxation therapy is useful for reducing peripheral resistance and increasing blood vessel elasticity so that it can reduce blood pressure directly.

Objective: To analyze nursing care through progressive muscle relaxation interventions for clients with a medical diagnosis of hypertension

Implementation: The nursing actions carried out on both clients started for 1 week (3 meetings) by providing progressive muscle relaxation interventions. The evaluation results showed that after progressive muscle relaxation therapy it was found that there was a decrease in blood pressure after progressive muscle relaxation therapy.

Conclusions and Suggestions: non-pharmacological implementation using progressive muscle relaxation therapy has shown proven reduction in blood pressure. Progressive muscle relaxation therapy must be carried out when you are calm and comfortable in a position to prevent injury.

Keywords: hypertension, progressive muscle relaxation.

References: 21 (2016-2022).

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR SINGKATAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Konsep Medis.....	7
2.2 Konsep dasar Masalah Keperawatan	14
2.3 Asuhan Keperawatan berdasarkan teori	22
BAB III METODE PENELITIAN.....	30
3.1 Pengkajian	34
3.2 Analisa Data	36
3.3 Intervensi Keperawatan	37
3.4 Implementasi Keperawatan	39
3.5 Evaluasi Keperawatan	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	42
4.1 Analisis Keperawatan	42
4.2 Analisis Intervensi	42
4.3 Alternatif Pemecahan Masalah	43
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	46
5.1 Simpulan	46
5.2 Saran	47

DAFTAR PUSTAKA.....	48
LAMPIRAN	49



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi	11
----------------------------------------	----



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pathway Hipertensi 12



DAFTAR SINGKATAN

UPK KEMKES RI	: Unit Pelayanan Kesehatan KEMESKES RI
RISKESDA	: Riset Kesehatan Dasar
ROP	: Relaksasi Otot Progresif

