

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN MELALUI INTERVENSI TEKNIK
RELAKSASI OTOT PROGRESIF PADA PASIEN NY.Y DAN TN.X
DENGAN DIAGNOSA MEDIS HIPERTENSI EMERGENSI
DI RUANG INSTALASI GAWAT DARURAT RS
BHAYANGKARA TK.I PUSDOKKES POLRI**

KARYA ILMIAH NERS



Oleh:

SONIA MELLINIA

234291517084

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2025**

**THE ANALYSIS OF NURSING CARE THROUGH INTERVENTION OF
PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION ON MRS. Y AND MR. X
WITH EMERGENCY HYPERTENSION AT EMERGENCY UNIT
BHAYANGKARA HOSPITAL TK. I PUSDOKKES POLRI**

NURSES' SCIENTIFIC WORK



By :

SONIA MELLINIA

234291517084

**NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
NATIONAL UNIVERSITY
JAKARTA
2025**

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN MELALUI INTERVENSI TEKNIK
RELAKSASI OTOT PROGRESIF PADA PASIEN NY.Y DAN TN.X
DENGAN DIAGNOSA MEDIS HIPERTENSI EMERGENSI
DI RUANG INSTALASI GAWAT DARURAT RS
BHAYANGKARA TK.I PUSDOKKES POLRI**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Ners



**UNIVERSITAS NASIONAL
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
JAKARTA
2025**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN MELALUI INTERVENSI TEKNIK
RELAKSASI OTOT PROGRESIF PADA PASIEN NY.Y DAN TN.X
DENGAN DIAGNOSA MEDIS HIPERTENSI EMERGENSI
DI RUANG INSTALASI GAWAT DARURAT RS
BHAYANGKARA TK.I PUSDOKKES POLRI**

Oleh
SONIA MELLINIA
234291517084

Telah dipertahankan di hadapan penguji KIAN Program Studi Pendidikan
Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional
Pada tanggal 18 Januari 2025

DEWAN PENGUJI

Pembimbing : Ns. Tommy J.F Wowor, MM, M.Kep, Rh.D. (.....)

Penguji 1 : Ns. Tomi Permana, S.Kep (.....)

Penguji 2 : Ns. Naziyah, S.Kep, M.Kep, CWCCA (.....)

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu kesehatan



Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si

HALAMAN PERSETUJUAN KIAN SEBELUM SIDANG KIAN

HALAMAN PERSETUJUAN KIAN SEBELUM SIDANG KIAN

Judul KIAN	: Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi Teknik Relaksasi Otot Progresif Pada Pasien Ny.Y Dan Tn.X Dengan Diagnosa Medis Hipertensi Emergensi Di Ruang Instalasi Gawat Darurat RS Bhayangkara Tk.I Puskokkes Polri
Nama Mahasiswa	: Sonia Mellinia
NPM	: 234291517084
Menyetujui, Pembimbing,	
Ns. Tommy J.F Wowor, MM, M.Kep, Ph.D	

UNIVERSITAS NASIONAL

HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH SIDANG KIAN

HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH SIDANG KIAN

Judul KIAN : Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi
Teknik Relaksasi Otot Progresif Pada Pasien Ny.Y
Dan Tn.X Dengan Diagnosa Medis Hipertensi
Emergensi Di Ruang Instalasi Gawat Darurat RS
Bhayangkara Tk.I Pusdokkes Polri

Nama Mahasiswa : Sonia Mellinia

NPM : 234291517084

Menyetujui

Pembimbing : Ns. Tommy J.F Wowor, MM, M.Kep, Ph.D

Penguji 1 : Ns. Tomi Permana, S.Kep

Penguji 2 : Ns. Naziyah, S.Kep, M.Kep, CWCCA

UNIVERSITAS NASIONAL

PERNYATAAN

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Sonia Mellinia

NPM : 234291517084

Judul KIAN : Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi Teknik Relaksasi Otot Progresif Pada Pasien Ny.Y Dan Tn.X Dengan Diagnosa Medis Hipertensi Emergensi Di Ruang Instalasi Gawat Darurat RS Bhayangkara Tk.I Puskokkes Polri.

Menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini adalah benar benar hasil karya seni saya sendiri, dan semua sumber baik yang di kutip maupun dirujuk saya nyatakan dengan benar.

Jakarta, 18 Januari 2025



(Sonia Mellinia)

KATA PENGANTAR

Segala puji dan puji sukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, Tuhan semua umat, Tuhan seluruh alam dan Tuhan dari segala hal yang telah memberi rahmat dan karunianya sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan KIAN dengan judul “ Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi Teknik Relaksasi Otot Progresif Pada Pasien Ny.Y Dan Tn.X Dengan Diagnosa Medis Hipertensi Emergensi Di Ruang Instalasi Gawat Darurat RS Bhayangkara Tk.I Puskokes Polri”.

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 “*Alhamdulillahirobilalamin*” beserta ucapan terima kasih kepada :

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Dr. Retno Widowati, M.Si.
2. Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Bapak Ns. Tommy J.F Wowor, MM, M.Kep, Ph.D selaku pembimbing 1 yang telah memberi masukan dan memberikan dukungan penuh dalam pembuatan KIAN saya.
3. Ibu Ns. Naziyah, S.Kep, M.Kep, CWCCA selaku pembimbing akademik yang telah memberi masukan dan memberikan dukungan penuh dalam pembuatan KIAN saya.
4. Bapak Ns. Tomi Permana, S.Kep, selaku penguji siding 1 yang telah memberi banyak arahan dan masukan sehingga mampu terselesaikannya KIAN saya.
5. Seluruh dosen dan staf karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah mendidik dan memfasilitasi proses pembelajaran di Kampus FIKES UNAS.
6. Seluruh keluarga saya yang telah memberikan dukungan secara moral agar saya dapat menyelesaikan penelitian.

Akhir kata, saya sebagai penulis yang kurang dari kata sempurna memohon maaf yang sebanyak-besarnya apabila terdapat kesalahan dalam teknik, format ataupun isi yang ada dalam Karya Ilmiah Akhir Ners ini. Penulis sangat berharap agar temuan Karya Ilmiah Akhir Ners ini mampu bermanfaat bagi masyarakat ataupun para mahasiswa pendidikan Ners.



Jakarta, 18 Januari 2025

(Sonia Mellinia)

Abstrak

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN MELALUI INTERVENSI TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF PADA PASIEN NY.Y DAN TN.X DENGAN DIAGNOSA MEDIS HIPERTENSI EMERGENSI DI RUANG INSTALASI GAWAT DARURAT RS BHAYANGKARA TK.I PUSDOKKES POLRI

Sonia Mellinia, Tommy Jemmy Fransiscus Wowor

Latar Belakang: Hipertensi adalah sebuah kondisi medis dimana tekanan darah dalam arteri mengalami peningkatan secara kronis, sehingga berakibat terhadap kerja jantung lebih keras dalam memompa darah ke seluruh tubuh. Asuhan keperawatan pada pasien dengan hipertensi emergensi membutuhkan pendekatan holistik yang tidak hanya berfokus pada penanganan medis, tetapi juga pada aspek psikologis dan emosional pasien.

Tujuan : Menganalisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi Teknik Relaksasi Otot Progresif Pada Pasien Ny.Y dan Tn.X Dengan Diagnosa Medis Hipertensi Emergensi Di Ruang Instalasi Gawat Darurat RS Bhayangkara Tk.I PUSDOKKES Polri.

Hasil : Masalah keperawatan yang sering muncul pada pasien dengan diagnosa medis hipertensi emergensi adalah nyeri akut. Oleh karena itu, intervensi terapi teknik relaksasi otot progresif dapat menjadi salah satu terapi relaksasi yang dapat dipilih untuk mengurangi nyeri pada pasien. Teknik relaksasi dapat membantu menenangkan sistem saraf dan mengurangi persepsi nyeri. Teknik ini memungkinkan pasien untuk mengalihkan perhatian dari rasa sakit dan mengurangi stres yang memperburuk nyeri.

Simpulan dan Saran: Pemberian terapi otot progresif dapat menurunkan tingkat nyeri pada pasien, sehingga diharapkan terapi otot progresif dapat diaplikasikan oleh pasien dan keluarga untuk mengurangi tingkat nyeri pada pasien. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini setelah dilakukan intervensi otot progresif skala nyeri Ny Y turun menjadi 5/10 sedangkan Tn X menjadi 4/10.

Kata Kunci : Hipertensi, Nyeri Akut, Terapi Otot Progresif

ABSTRACT

ABSTRACT

THE ANALYSIS OF NURSING CARE THROUGH INTERVENTION OF PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION ON MRS. Y AND MR. X WITH EMERGENCY HYPERTENSION AT EMERGENCY UNIT BHAYANGKARA HOSPITAL TK. I PUSDOKKES POLRI

Sonia Mellinia, Tommy Jemmy Fransiscus Wowor

Background: Hypertension is a medical condition where the blood pressure in the arteries is chronically elevated, resulting in the heart working harder to pump blood throughout the body. Nursing care for patients with emergent hypertension requires a holistic approach that focuses not only on medical treatment, but also on the psychological and emotional aspects of the patient.

Aim: To analyze the nursing care through intervention of progressive muscle relaxation on Mrs. Y and Mr. X with emergency hypertension at emergency unit at Bhayangkara hospital TK. I PUSDOKKES Polri.

Results: Nursing problems that often arise in patients with a medical diagnosis of emergency hypertension were acute pain. Therefore, therapeutic intervention of progressive muscle relaxation techniques can be one of the relaxation therapies that can be chosen to reduce pain in patients. Relaxation techniques can help calm the nervous system and reduce pain perception. This technique allowed patients to distract from pain and reduce stress that exacerbates pain.

Conclusion and suggestion: Giving progressive muscle therapy can reduce the level of pain in patients, so it is suggested that progressive muscle therapy can be applied by patients and families to reduce the level of pain in patients. The results showed that after progressive muscle intervention, Mrs. Y's pain scale dropped to 5/10 while Mr. X became 4/10.

Keywords : hypertension, acute pain, progressive muscle relaxation.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PENGESAHAN.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM SIDANG	ii
HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH SIDANG	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Hipertensi	8
2.1.1 Definisi Hipertensi	8
2.1.2 Klasifikasi Hipertensi	9
2.1.3 Etiologi Hipertensi	10
2.1.4 Manifestasi Klinis	14
2.1.5 Patofisiologi dan Pathway	15
2.1.6 Patofisiologi Nyeri	17
2.1.7 Komplikasi Hipertensi	18
2.1.7 Pemeriksaan Penunjang	19
2.2 Konsep Terapi Relaksasi Otot Progresif	20
2.2.1 Definisi	20
2.2.2 Tujuan Terapi Relaksasi Otot Progresif	21

2.2.3 Manfaat Terapi Relaksasi Otot Progresif	21
2.2.4 Prinsip Kerja Terapi Relaksasi Otot Progresif.....	22
2.2.5 Mekanisme Terapi Otot Progresif	22
2.2.6 Prosedur Terapi Rileksasi Otot Progresif	23
2.3 Konsep Asuhan Keperawatan Teori.....	24
2.3.1 Pengkajian Keperawatan	24
2.3.2 Diagnosa Keperawatan	27
2.3.3 Rencana Keperawatan	31
2.3.4 Implementasi Keperawatan	32
2.3.5 Evaluasi Keperawatan	33
BAB III LAPORAN KASUS	
3.1 Pengkajian Keperawatan	36
3.2 Analisa data dan masalah keperawatan	40
3.3 Rencana Keperawatan	41
3.4 Implementasi.....	42
3.5 Evaluasi.....	45
BAB IV PEMBAHASAN	
4.1 Analisis Masalah Keperawatan.....	47
4.2 Analisis Intervensi dalam Mengatasi Masalah Keperawatan	49
4.3 Alternatif Pemecahan Masalah	51
BAB V PENUTUP	
5.1 Simpulan.....	52
5.2 Saran	53
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR TABEL

2.1 Tabel Derajat Hipertensi menurut AHA	9
2.2 Faktor Resiko Hipertensi.....	10



DAFAR GAMBAR

2.1 Gambar Patofisiologi dan Pathway Hipertensi	16
2.2 Gambar Patofisiologi Nyeri	17



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Biodata Penulis
Lampiran 2	Lembar Konsultasi / Bimbingan Kian
Lampiran 3	Surat Izin Penelitian
Lampiran 4	Surat Izin Penelitian
Lampiran 5	Asuhan Keperawatan
Lampiran 6	Hasil EKG dan X-Ray
Lampiran 7	SOP Teknik Relaksasi Otot Progresif
Lampiran 8	Hasil Uji Turnitin

