

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN Ny. A DAN Ny. I
DENGAN HIPERTENSI YANG DILAKUKAN TINDAKAN
RELAKSASI OTOT PROGRESIF DI RUANG
DIPONEGORO RSUD ARJAWINANGUN
KABUPATEN CIREBON**

KARYA TULIS ILMIAH



Oleh :

SYIFA AULIYA

NIM. P2.06.20.22.0077

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN CIREBON
2023**

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN Ny. A DAN Ny. I
DENGAN HIPERTENSI YANG DILAKUKAN TINDAKAN
RELAKSASI OTOT PROGRESIF DI RUANG
DIPONEGORO RSUD ARJAWINANGUN
KABUPATEN CIREBON**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan
Pada Program Studi Keperawatan

Cirebon



Oleh :
SYIFA AULIYA
NIM. P2.06.20.22.0077

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN CIREBON
2023**

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Asuhan Keperawatan Pada Pasien Ny. A dan Ny. I Dengan Hipertensi yang dilakukan Tindakan Relaksasi Otot Progresif di Ruang Diponegoro RSUD Arjawinangun Kabupaten Cirebon” dengan tepat waktu. Karya Tulis Ilmiah ini disusun guna memenuhi salah satu syarat tugas akhir untuk menyelesaikan Pendidikan Diploma III Keperawatan di Politeknik Kementerian Kesehatan Tasikmalaya Program Studi Keperawatan Cirebon.

Penulisan Karya Tulis Ilmiah Ini tidak terlepas dari dukungan berbagai pihak yang telah memberikan bantuan pikiran, tenaga dan semangat serta motivasi, maka penulis mengucapkan rasa penghargaan yang sangat mendalam dan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Hj. Ani Radiati R, S.Pd, M.Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
2. Dudi Hartono, S.Kep, Ns, M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
3. dr. H. Bambang Sumardi, MM., MARS selaku Direktur RSUD Arjawinangun Kabupaten Cirebon.
4. Nur Emiliyah Sekarlani, S.Kep, Ners selaku Clinical Instructural yang telah membimbing saya selama praktik di RSUD Arjawinangun Kabupaten Cirebon.
5. Edi Ruhmadi, S.Kep., M.Kes selaku Ketua Program Studi D III Keperawatan Cirebon.
6. Agus Nurdin, SKp, M.Kep selaku dosen pembimbing utama yang telah meluangkan banyak waktu untuk melakukan bimbingan, mengarahkan dan memberikan masukan kepada penulis terkait isi karya tulis ilmiah.
7. Tiffany Gita Sesaria, S.Kep, Ns, M.Kep selaku dosen pembimbing pendamping yang telah meluangkan waktu untuk melakukan bimbingan, memberi arahan dan dan masukan kepada penulis terkait sistematika penulisan karya tulis ilmiah.

8. Seluruh staff dosen dan karyawan Politeknik Kementerian Kesehatan Tasikmalaya Program Studi Keperawatan Cirebon.
9. Orang tua dan kakak saya yang selalu memberikan dukungan dan bantuan secara moril maupun materi.
10. Teman-teman seperjuangan yang selalu bertukar pikiran dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah.
11. Teman terdekat saya Fiqih Maufiquddin yang telah memberikan motivasi untuk tetap semangat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan masukan yang membangun dari semua pihak untuk menyempurnakannya di masa yang akan datang.

Cirebon, 25 Mei 2023



Penulis

Asuhan Keperawatan Pada Pasien Ny. A dan Ny. I Dengan Hipertensi Yang Dilakukan Tindakan Relaksasi Otot Progresif di Ruang Diponegoro RSUD Arjawinangun Kabupaten Cirebon.

Syifa Auliya¹, Agus Nurdin, SKp, M. Kep², Tiffany Gita Sesaria, S. Kep, Ns, M.Kep³

ABSTRAK

Tekanan darah tinggi terjadi tanpa adanya keluhan, sehingga membuat penderita tidak mengetahui bahwa dirinya mempunyai hipertensi. Hipertensi adalah tekanan darah yang meningkat yaitu $\geq 140/90$ mmHg dengan dua kali pengukuran pada interval 5 menit dalam keadaan tenang. Salah satu cara untuk menurunkan tekanan darah adalah tindakan relaksasi otot progresif. Relaksasi otot progresif ini dapat mengurangi kekakuan otot-otot di dalam tubuh dan bisa membuatnya menjadi rileks, sehingga tekanan darah dapat menurun. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi yang dilakukan tindakan relaksasi otot progresif dan mengaplikasikannya untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di RSUD Arjawinangun kabupaten Cirebon. Metode yang digunakan adalah metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus pada 2 subyek pasien hipertensi dengan tindakan relaksasi otot progresif. Teknik pengumpulan data menggunakan cara observasi dan pemeriksaan fisik, wawancara, serta studi dokumentasi. Hasil intervensi ini menunjukkan bahwa setelah dilakukan tindakan relaksasi otot progresif pada pasien 1 (Ny. A) dan pasien 2 (Ny. I) selama 5 hari berturut-turut dengan waktu 30 menit perhari dapat menurunkan tekanan darah, dengan penurunan rata-rata sistolik 10 mmHg dan diastolik 5-10 mmHg setiap kali intervensinya. Jadi, dapat disimpulkan bahwa relaksasi otot progresif ini terbukti dapat membantu menurunkan tekanan darah selain dengan mengonsumsi obat anti hipertensi, dan supaya mendapatkan hasil yang maksimal, maka relaksasi otot progresif ini sebaiknya dilakukan dengan benar urutan dan semua gerakannya dilakukan (15 gerakan), serta harus fokus dalam melakukannya, sehingga benar-benar merasakan rileks. Diharapkan kepada pasien hipertensi hendaknya melakukan secara mandiri intervensi relaksasi otot progresif di rumah untuk membantu mengontrol tekanan darah.

Kata kunci : Asuhan Keperawatan, Hipertensi, Relaksasi Otot Progresif

¹Mahasiswa Program Studi D III Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

²Dosen Pembimbing 1 & Pembimbing 2 Program Studi D III Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.

Nursing Care of Hypertension Patients Ny. A and Ny. I Undergo Progressive Muscle Relaxation Actions at Diponegoro Room Arjawinangun Hospital, Cirebon Regency.

Syifa Auliya¹, Agus Nurdin, SKp, M. Kep², Tiffany Gita Sesaria, S. Kep, Ns, M.Kep³

ABSTRACT

High blood pressure occurs without any complaints, so that the sufferer does not know that he has hypertension. Hypertension is blood pressure that increases $\geq 140/90$ mmHg with two measurements at 5 minute intervals in a calm state. One way to lower blood pressure is progressive muscle relaxation. This progressive muscle relaxation can reduce the stiffness of the muscle in the body and can make them relax, so that blood pressure can decrease. This study aims to describe nursing care for hypertensive patients who perform progressive muscle relaxation and apply to lower blood pressure in hypertensive patients at Arjawinangun Hospital, Cirebon district. The method used is a qualitative method with a case study approach on 2 subjects of hypertensive patients with progressive muscle relaxation measures. Collection techniques using observation and physical examination interviews, and documentation studies. The results of this intervention show that after performing progressive muscle relaxation measures on client 1 (Ny. A) and client 2 (Ny. I) for 5 consecutive days with 30 minutes it can reduce blood pressure, with an average decrease in systolic 10 mmHg and diastolic 5-10 mmHg each time the intervention. So it can be concluded that progressive muscle relaxation is proven to help lower blood pressure in addition to taking anti-hypertensive drugs, and in order to get maximum results this progressive muscle relaxation should be done in the correct order and all movements are carried out (15 movements), and must be focused in doing so, so really feel relaxed. Hypertensive patients are expected to do progressive muscle self-relaxation at home to help control blood pressure.

Keywords : Nursing Care, Hypertension, Progressive Muscle Relaxation

¹Student of Diploma III Nursing Study Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

²Supervisor 1 & Supervisor 2 of The Cirebon Nursing D III Study Program Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.

DAFTAR ISI

| | |
|---|------|
| HALAMAN SAMPUL | |
| HALAMAN JUDUL | i |
| LEMBAR PERSETUJUAN | ii |
| LEMBAR PENGESAHAN | iii |
| SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS/KEASLIAN TULISAN | iv |
| SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS | v |
| KATA PENGANTAR | vi |
| ABSTRAK | viii |
| ABSTRACT | ix |
| DAFTAR ISI | x |
| DAFTAR TABEL | xiii |
| DAFTAR GAMBAR | xiv |
| DAFTAR BAGAN | xv |
| DAFTAR LAMPIRAN | xvi |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1 Latar Belakang | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah | 5 |
| 1.3 Tujuan..... | 5 |
| 1.3.1 Tujuan Umum | 5 |
| 1.3.1 Tujuan Khusus | 5 |
| 1.4 Manfaat..... | 6 |
| 1.4.1 Manfaat Teoritis | 6 |
| 1.4.2 Manfaat Praktik..... | 6 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 8 |
| 2.1 Konsep Biomedis Hipertensi | 8 |
| 2.1.1 Definisi Hipertensi | 8 |
| 2.1.2 Etiologi Hipertensi | 8 |
| 2.1.3 Manifestasi Klinis Hipertensi..... | 12 |
| 2.1.4 Klasifikasi Hipertensi..... | 13 |
| 2.1.5 Pathway Hipertensi | 14 |
| 2.1.6 Pemeriksaan Penunjang Hipertensi..... | 15 |
| 2.1.7 Komplikasi Hipertensi | 15 |

| | | |
|--|--|-----------|
| 2.1.8 | Penatalaksanaan Hipertensi..... | 17 |
| 2.2 | Konsep Asuhan Keperawatan Hipertensi..... | 20 |
| 2.2.1 | Pengkajian Hipertensi | 20 |
| 2.2.2 | Diagnosa Keperawatan Hipertensi..... | 25 |
| 2.2.3 | Intervensi Keperawatan Hipertensi..... | 27 |
| 2.2.4 | Implementasi Keperawatan..... | 37 |
| 2.2.5 | Evaluasi Keperawatan..... | 37 |
| 2.3 | Konsep Terapi Relaksasi Otot Progresif..... | 37 |
| 2.3.1 | Pengertian Terapi Relaksasi Otot Progresif..... | 37 |
| 2.3.2 | Tujuan Terapi Relaksasi Otot Progresif..... | 38 |
| 2.3.3 | Manfaat Terapi Relaksasi Otot Progresif..... | 39 |
| 2.3.4 | Indikasi dan Kontraindikasi Terapi Relaksasi Otot Progresif..... | 39 |
| 2.3.5 | Hal-Hal Yang Perlu Diperhatikan dalam Terapi Relaksasi Otot Progresif..... | 39 |
| 2.3.6 | Mekanisme Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah | 39 |
| 2.3.7 | Standar Operasional Prosedur Relaksasi Otot Progresif..... | 40 |
| 2.3.8 | Gerakan Relaksasi Otot Progresif | 43 |
| 2.4 | Kerangka Teori..... | 49 |
| 2.5 | Kerangka Konsep | 50 |
| BAB III METODE KTI..... | | 51 |
| 3.1 | Desain Karya Tulis Ilmiah | 51 |
| 3.2 | Subyek Karya Tulis Ilmiah..... | 51 |
| 3.2.1 | Kriteria Inklusi | 51 |
| 3.2.2 | Kriteria Eksklusi..... | 51 |
| 3.3 | Definisi Operasional/Batasan Istilah | 52 |
| 3.4 | Lokasi dan Waktu..... | 52 |
| 3.5 | Prosedur Penyusunan KTI..... | 53 |
| 3.6 | Teknik Pengumpulan Data | 55 |
| 3.7 | Instrumen Pengumpulan Data | 55 |
| 3.8 | Keabsahan Data | 56 |
| 3.9 | Analisis Data | 57 |
| 3.10 | Etika Penelitian..... | 58 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN | | 59 |
| 4.1 | Hasil Karya Tulis Ilmiah | 59 |

| | | |
|-----------------------------|---------------------------------|--------------|
| 4.1.1 | Gambaran Umum Rumah Sakit | 59 |
| 4.1.2 | Gambaran Umum Pasien | 60 |
| 4.1.3 | Laporan Studi Kasus | 67 |
| 4.2 | Pembahasan | 71 |
| 4.3 | Keterbatasan KTI / TA | 74 |
| 4.4 | Implikasi Keperawatan | 74 |
| 4.4.1 | Layanan Kesehatan | 74 |
| 4.4.2 | Layanan Keperawatan | 75 |
| BAB V PENUTUP | | 76 |
| 5.1 | Kesimpulan | 76 |
| 5.2 | Saran | 77 |
| 5.2.1 | Bagi Peneliti Selanjutnya | 77 |
| 5.2.2 | Bagi Institusi Pendidikan | 77 |
| 5.2.3 | Bagi Rumah Sakit | 78 |
| 5.2.4 | Bagi Pasien | 78 |
| DAFTAR PUSTAKA | | 79 |
| LAMPIRAN | | |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi | 13 |
| Tabel 2.2 Intervensi Keperawatan Hipertensi | 27 |
| Tabel 3.1 Definisi Operasional/Batasan Istilah | 52 |
| Tabel 3.2 Jadwal Kegiatan Penyusunan KTI | 53 |
| Tabel 4.1 Identitas Pasien | 60 |
| Tabel 4.2 Riwayat Kesehatan | 61 |
| Tabel 4.3 Pemeriksaan Fisik | 62 |
| Tabel 4.4. Diagnosa Keperawatan | 63 |
| Tabel 4.5 Intervensi Keperawatan | 65 |
| Tabel 4.6 Hasil Relaksasi Otot Progresif (Hari Pertama) | 68 |
| Tabel 4.7 Hasil Relaksasi Otot Progresif (Hari Kedua) | 68 |
| Tabel 4.8 Hasil Relaksasi Otot Progresif (Hari Ketiga) | 69 |
| Tabel 4.9 Hasil Relaksasi Otot Progresif (Hari Keempat) | 69 |
| Tabel 4.10 Hasil Relaksasi Otot Progresif (Hari Kelima) | 70 |
| Tabel 4.11 Hasil Relaksasi Otot Progresif (Hari Pertama & Kelima) ... | 70 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|--|----|
| Gambar 2.1 Gambar Gerakan 1 & 2 | 43 |
| Gambar 2.2 Gambar Gerakan 3 & 4 | 44 |
| Gambar 2.3 Gambar Gerakan 5,6, 7 & 8 | 45 |
| Gambar 2.4 Gambar Gerakan 9, 10, 11 & 12 | 46 |
| Gambar 2.5 Gambar Gerakan 13, 14 & 15 | 47 |

DAFTAR BAGAN

| | |
|------------------------------------|----|
| Bagan 2.1 Pathway Hipertensi | 14 |
| Bagan 2.2 Kerangka Teori | 49 |
| Bagan 2.3 Kerangka Konsep | 50 |

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Penjelasan Sebelum Pelaksanaan KTI / TA (Pasien 1: Ny. A)
- Lampiran 2 Penjelasan Sebelum Pelaksanaan KTI / TA (Pasien 2 : Ny. I)
- Lampiran 3 Informed Consent (Pasien 1: Ny. A)
- Lampiran 4 Informed Consent (Pasien 2: Ny. I)
- Lampiran 5 Asuhan Keperawatan Medikal Bedah (Pasien 1: Ny. A)
- Lampiran 6 Asuhan Keperawatan Medikal Bedah (Pasien 2: Ny. I)
- Lampiran 7 Standar Prosedur Operasional Relaksasi Otot Progresif (Pasien 1: Ny.A)
- Lampiran 8 Standar Prosedur Operasional Relaksasi Otot Progresif (Pasien 2: Ny.I)
- Lampiran 9 Lembar Hasil Observasi Tanda-Tanda Vital (Pasien 1: Ny.A)
- Lampiran 10 Lembar Hasil Observasi Tanda-Tanda Vital (Pasien 2: Ny.I)
- Lampiran 11 Leaflet Hipertensi
- Lampiran 12 Leaflet Relaksasi Otot Progresif
- Lampiran 13 Biodata Penulis
- Lampiran 14 Lembar Konsultasi Bimbingan Proposal Karya Tulis Ilmiah
- Lampiran 15 Lembar Konsultasi Bimbingan Karya Tulis Ilmiah