



KARYA TULIS ILMIAH

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN KECEMASAN AKIBAT HIPERTENSI
DENGAN PENERAPAN TERAPI PROGRESIVE MUSCLE RELAXATION
DAN TERAPI SPIRITUAL DZIKIR DI WILAYAH PUSKESMAS
MANONJAYA KABUPATEN TASIKMALAYA**

SILVI ALVIANI FITRIANI

NIM. P2.06.20.1.21.005

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2024**





KARYA TULIS ILMIAH

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

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN KECEMASAN AKIBAT HIPERTENSI
DENGAN PENERAPAN TERAPI PROGRESIVE MUSCLE RELAXATION
DAN TERAPI SPIRITUAL DZIKIR DI WILAYAH PUSKESMAS
MANONJAYA KABUPATEN TASIKMALAYA**

Oleh :

SILVI ALVIANI FITRIANI

NIM. P2.06.20.1.21.005

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2024**

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT. yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan proposal karya tulis ilmiah ini dengan judul “Asuhan Keperawatan Pada Pasien Kecemasan Akibat Hipertensi Dengan Penerapan Terapi Progressive Muscle Relaxation dan Terapi Spiritual Dzikir di Wilayah Puskesmas Manonjaya Kabupaten Tasikmalaya”

Proposal karya tulis ilmiah ini, penulis susun dengan usaha yang maksimal dan dapat diselesaikan dengan baik berkat dukungan, doa, bimbingan dan bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan banyak terimakasih kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Bapak Dudi Hartono, S.Kep., Ners., M.Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Ibu Lia Herliana, S.Kep., Ners., M.Kep, selaku Ketua Program Studi D-III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
4. Bapak Ridwan Kustiawan, M.Kep., Sp. Kep jiwa, selaku pembimbing I yang telah memberikan dukungan, masukan dan arahan dalam penyusunan proposal karya tulis ilmiah ini, sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
5. Asep Riyana, S.Kep ., Ners., MA.Kes, selaku pembimbing II yang telah memberikan dukungan dan masukan dalam penyusunan proposal karya tulis ilmiah ini, sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
6. Seluruh staf pengajar dan civitas akademik Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya yang telah memberikan dukungan penuh selama proses penyusunan karya tulis ilmiah.

7. Kedua orang tua, kakak, adik dan keluarga besar lainnya yang telah memberikan dukungan maksimal berupa fisik, mental, spiritual dan material sehingga proposal karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.
8. Rekan-rekan angkatan 29 Program Studi D-III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya terutama kelas 3A D-III Keperawatan.
9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa karya tulis ilmiah yang penulis susun jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis berharap adanya kritik dan saran yang membangun guna menyempurnakan karya tulis ilmiah dimasa yang akan datang. Penulis memohon maaf apabila ada kesalahan kata yang kurang berkenan. Dan semoga karya tulis ilmiah ini bermanfaat bagi penulis maupun pembaca.

Tasikmalaya, 22 Mei 2024



Silvi Alviani Fitriani

ABSTRAK

Asuhan Keperawatan Pada Pasien Kecemasan Akibat Hipertensi Dengan Penerapan Terapi Progressive Muscle Relaxation dan Terapi Spiritual Dzikir Di Wilayah Puskesmas Manonjaya Kabupaten Tasikmalaya

Silvi Alviani Fitriani¹

Ridwan Kustiawan, M.Kep., Sp. Kep Jiwa²

Asep Riyana, S.Kep., Ners., MA., Kes³

Kecemasan adalah salah satu penyakit kejiwaan yang paling umum dan merupakan masalah kesehatan utama pada masyarakat. Kecemasan yang ditandai dengan perasaan ketajutan dan kekhawatiran akan timbulnya suatu masalah yang ada pada penderita hipertensi. Adapun cara non farmakologi untuk mengatasi kecemasan muncul dengan terapi progressive muscle relaxation dan terapi spiritual dzikir. Tujuan dari studi kasus ini untuk menggambarkan tahapan proses keperawatan, menggambarkan pelaksanaan tindakan terapi progressive muscle relaxation dan terapi spiritual dzikir dan menggambarkan respon dan perubahan terhadap penurunan tanda gejala kecemasan. Metode karya tulis ilmiah ini adalah kualitatif yang berbentuk perbandingan studi kasus pada klien 1 dan klien 2 tanggal 26 Maret 2024, 28-30 Maret 2024 dan pada tanggal 01 April 2024. Hasil pengkajian studi kasus kedua klien yang dilakukan dengan pengukuran tanda dan gejala ditemukan satu diagnosa yang muncul yaitu kecemasan dengan pelaksanaan terapi progressive muscle relaxation dan terapi spiritual dzikir. Hasil evaluasi selama 5 hari menunjukkan bahwa kedua pasien mengalami penurunan sebanyak 9 tanda gejala pada klien 1 dan 10 penurunan tanda gejala pada klien 2. Dapat disimpulkan bahwa dari hasil penelitian tersebut menunjukkan terapi progressive muscle relaxation dan terapi spiritual dzikir efektif dalam menurunkan tanda gejala kecemasan dan meningkatkan kemampuan klien dalam mengatasi kecemasan. Saran untuk klien agar mampu melakukan terapi yang sudah diajarkan selama 5 hari perawatan untuk mengatasi kecemasan apabila rasa cemas itu muncul.

Kata kunci : Hipertensi, kecemasan, terapi progressive muscle relaxation, terapi spiritual dzikir.

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia

Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

ABSTRACT

Nursing Care for Anxiety Patients Due to Hypertension with the Application of Progressive Muscle Relaxation Therapy and Dhikr Spiritual Therapy at Manonjaya Health Center, Tasikmalaya Regency

Silvi Alviani Fitriani¹

Ridwan Kustiawan, M.Kep., Sp. Kep Jiwa²

Asep Riyana, S. Kep., Ners., MA., Kes³

Anxiety is one of the most common psychiatric illnesses and is a major public health problem. Anxiety characterized by feelings of dexterity and worry about the emergence of a problem that exists in people with hypertension. Non-pharmacological ways to deal with anxiety arise with progressive muscle relaxation therapy and dhikr spiritual therapy. The purpose of this case study is to describe the stages of the nursing process, describe the implementation of progressive muscle relaxation therapy and dhikr spiritual healing and describe responses and changes to decreasing signs of anxiety symptoms. This scientific paper method is qualitative in the form of a comparison of case studies on client 1 and client 2 on March 26, 2024, March 28-30, 2024 and on April 1, 2024. The results of the case study of the two clients conducted by measuring signs and symptoms found one diagnosis that appeared, namely anxiety by implementing progressive muscle relaxation therapy and dhikr spiritual therapy. The results of the evaluation for 5 days showed that both patients experienced a decrease of 9 signs of symptoms in client 1 and 10 decreases in symptoms in client 2. It can be concluded that from the results of the study showed progressive muscle relaxation therapy and dhikr spiritual therapy are effective in reducing signs of anxiety symptoms and improving the client's ability to cope with anxiety. Advice for clients to be able to do therapy that has been taught for 5 days of treatment to overcome anxiety if anxiety arises.

Keywords: hypertension, anxiety, progressive muscle relaxation therapy, dhikr spiritual therapy

Ministry Of Health Of The Republic Of Indonesia

Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK.....	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR BAGAN.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Penelitian.....	9
1.3.1 Tujuan Umum.....	9
1.3.2 Tujuan Khusus	9
1.4 Manfaat Penelitian.....	9
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	9
1.4.2 Manfaat Praktis.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
2.1 Konsep Hipertensi	12
2.1.1 Definisi.....	12
2.1.2 Etiologi.....	12
2.1.3 Faktor Resiko.....	13
2.1.4 Patofisiologi.....	16
2.1.5 Klasifikasi.....	16
2.1.6 Gejala Klinis.....	17
2.1.7 Komplikasi Hipertensi	17
2.1.8 Penatalaksanaan	19
2.2 Konsep Kecemasan (Ansietas).....	20
2.2.1 Definisi.....	20
2.2.2 Tanda dan gejala	20
2.2.3 Patofisiologi.....	21
2.2.4 Etiologi.....	22

2.2.5	Rentang Raspon	24
2.2.6	Klasifikasi.....	25
2.2.7	Penatalaksanaan	26
2.3	Konsep Asuhan Keperawatan	29
2.3.1	Pengkajian	29
2.3.2	Diagnosa Keperawatan.....	35
2.3.3	Perencanaan.....	36
2.3.4	Implementasi Keperawatan	39
2.3.5	Evaluasi Tindakan Keperawatan.....	40
2.4	Konsep Progressive Muscle Relaxation	41
2.4.1	Definisi.....	41
2.4.2	Tujuan.....	41
2.4.3	Indikasi.....	42
2.4.4	Kontra Indikasi	42
2.4.5	Prosedur Kerja Progressive Muscle Relaxation.....	43
2.5	Konsep Spritual Dzikir	43
2.5.1	Definisi.....	43
2.5.2	Tujuan.....	44
2.5.3	Manfaat	44
2.6	Kerangka Teori	46
BAB III	METODE KARYA TULIS ILMIAH.....	47
3.1	Desain Karya Tulis Ilmiah.....	47
3.2	Subjek Karya Tulis Ilmiah	47
3.3	Definisi Operasional.....	48
3.4	Lokasi dan Waktu.....	49
3.5	Prosedur Penyusunan Karya Tulis Ilmiah.....	49
3.6	Teknik Pengumpulan Data	49
3.7	Instrumen Pengumpulan Data	51
3.8	Keabsahan Data.....	51
3.9	Analisis Data	52
3.10	Etika Studi Kasus	52
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	54
4.1	Hasil Penelitian	54
4.2	Pembahasan	62
4.3	Keterbatasan	77
4.4	Implikasi.....	78
BAB V	PENUTUP	79
5.1	Kesimpulan	79
5.2	Saran	80
DAFTAR PUSTAKA.....		82

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi	16
Tabel 2. 2 Tanda dan Gejala Ansietas	20
Tabel 2. 3 Analisa Data	34
Tabel 2. 4 Rencana Keperawatan Ansietas.....	36
Tabel 4. 1 Karakteristik Pasien.....	55
Tabel 4. 2 Data Fokus Pasien	55
Tabel 4. 3 Faktor Predisposisi dan Presipitasi	57
Tabel 4. 4 Observasi Harian Responden	60
Tabel 4. 5 Gambaran Tanda dan Gejala	61

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Rentang Respon Kecemasan.....	24
Bagan 2. 2 Pohon Masalah Ansietas	35
Bagan 2. 3 Kerangka Teori.....	46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Penjelasan Sebelum Studi Kasus (PSP)	87
Lampiran 2 Informed Consent.....	88
Lampiran 3 Penurunan Tanda dan Gejala Ny. A	90
Lampiran 4 Penurunan Tanda dan Gejala Ny. W	92
Lampiran 5 Observasi Harian Responden.....	94
Lampiran 6 Standar Prosedur Operasional Terapi Progresive Muscle Relaxation	95
Lampiran 7 Gerakan Progresive Muscle Relaxation (PMR)	98
Lampiran 8 Standar Prosedur Operasional Terapi Spiritual Dzikir	99
Lampiran 9 Lembar Konsultasi Bimbingan KTI.....	100
Lampiran 10 Dokumentasi Kegiatan	104
Lampiran 11 Daftar Riwayat Hidup.....	105
Lampiran 12 Lembar Hasil Pengecekan Plagiarisme	106